என்றும் உங்களுடன்

பெட்டகம் 1

மங்கையர் மலர்

NGAYAR MALAR - ஜனவரி 2008 188 பக்கங்கள்

பெட்டகம் - 2 கேட்டு வாங்குங்கள்

ரூ. 16/-

பரமபத சோபான படம்

இலவச இணைப்பு! உள்ளே



KGEYES

என் இனிய இல்லம் ஜெயிக்கப் போவது யாரு? - இறுதிப் போட்டி

சுவையான

...ங்கல், குழம்புகள்!



ஆரோக்கியமும், மகிழ்ச்சியும் என்றும் உங்கள் குடும்பத்தில் பொங்கிட கோல்டுவின்னர் வாழ்த்துகிறது!



ஆரோக்கியமும், மகிழ்ச்சியும் நிறைந்த வாழ்வின் ஆதாரம் கோல்டுவின்னர் ரீபைண்ட் சூரியகாந்தி எண்ணெய் என்பதை இதை உபயோகிக்கும் இலட்சக் கணக்கான குடும்பங்கள் நன்கு அறியும். ஏனெனில், சர்வதேச தொழில்நுட்பத்துடன் மிகச் சிறந்த தரக்கட்டுப்பாடு முறைகளால் தயாரிக்கப்படும் கோல்டுவின்னரில் இன்றியமையாத அமில சத்துக்கள் உள்ளன. இவை உங்களை ஆரோக்கியத்துடனும், பொலிவுடனும் வைத்திருக்கும். மற்றொரு தரமான தயாரிப்பான ஸ்ரீகோல்டு பருப்பு வகைகள் கல், தூசி அகற்றப்பட்டு, கலர் சார்ட்டிங் செய்யப்பட்ட உயர் ரக பருப்புகளாகும். அதிக உபரி, விரைவில் வேகுதல் போன்ற முக்கிய அம்சங்களில் சிறந்து விளங்குவது ஸ்ரீகோல்டு பருப்பு வகைகள்.

கோல்டுவின்னரின் இனிய புத்தாண்டு மற்றும் பொங்கல் நல்வாழ்த்துக்கள்!





An ISO 9001:2000 and HACCP (Food Safety) Certified Company



இலவச இணைப்பு

156 பரமபதம் சோபான படம்

பொங்கல் சிறப்பு

134 நாத்தி-மதனி- நல்லுறவு தழைக்க...

166 சூரியனது தேர்க்கோலம்



புத்தாண்டு

5 வாழ்த்தொலியே வாழ்வின் ஒளியாக...

48 புத்தாண்டில் பெறுவோம் பிணியற்ற வாழ்வு!

குழந்தை நலம்

69 கணிதப் பாடம் கடினமல்ல!

பணம்

74 வீட்டிலிருந்தே சம்பாதிக்கலாம்!

137 பணம் வளர்ந்த கதை!

தேன் துளிகள்

மலர் : 25 இதழ் : 12

ஜனவரி 2006

ஆன்மிகம்

66 நிலமகளை வணங்குவோம்!

146 ஈச்வரி ஜெகதீச்வரி!

மருத்துவம்

32 உதானம்

54 இயற்கை தரும் அருமருந்து!

142 சிரிச்சு சிரிச்சு எலும்பு போச்சு!

178 நெஞ்சுவலியை அலட்சியப்படுத்தாதீர்கள்...

26-ம் ஆண்டு

அறிவிப்புப் பக்கம்

121

சமையல்

40 சுவையான பொங்கல்

50 குழப்பாத குழம்பு வகைகள்

145 சர்க்கரை நோயுள்ளவர்கள் சாப்பிட...

ஹலோ

117 மி(னி)ஸ்டர் தயாநிதி மாறனோட பேச முடியுமா?



ஆலோசனை

13 பெண்களுக்கான சட்ட ஆலோசனை...

கதைகள்

46 உனக்கும் இல்லை; எனக்கும் இல்லை!

58 தகப்பன் சாமி

104 தேனிலவு - தொடர்கதை

168 ஈன்ற கடன்

179 நான் ரெடி!

எப்போதும் ஸ்பெஷல்!

81 இந்த மாதம் எப்படி?

94 என் செல்லமே...

97 இம்மாத இல்லத்தரசி

ரேவதி சங்கரனின்...

34 அன்பு வட்டம்

90 அம்மா சொல்லுங்களேன்...

அழகு

19 ஹேர் ஸ்டைலில் புது வகைகள்...



கைவேலை

23 தாம்புக் கயிறில் கால் மிதியடி...

முதலில் பார்க்க...

KGEYES வழங்கும் வீடு! 8

இந்த மாத விழா மங்கை 78

OKJ மணிமங்கை ரூ .25,000/- தங்க நகை யாருக்கு... 113

போஸ்ட் கார்டு கட்டுரை 125

மெகா போட்டி 126

WISH YOU HAPPY NEW YEAR & PONGAL



"வணக்கம்! அனைவருக்கும் புத்தாண்டு நல்வாழ்த்துகள்!" - இதைச் சொல்பவருக்கும், வாழ்த்தைப் பெறுபவருக்கும் முகம் மலர்கிறது, புன்னகை விரிகிறது, மனம் குளிர்கிறது. வாழ்வின் சுவைகளில் இனிமை மட்டுமே மேலோங்குகிறது. அதுதான் சொல்லின் வலிமை! பெரியாழ்வார் இறைவனுக்கே, "பல்லாண்டு பல்லாண்டு பல்லாயிரத்தாண்டு பலகோடி நூறாயிரம்!" என வாழ்த்தி வழிகாட்டியிருக்கிறாரே! நாவுக்கரசர், "வாயே வாழ்த்து கண்டாய்!" என்றுதானே பாடியருளியுள்ளார்?

காலம் காலமாகக் கிராமங்களில் படிக்காத மக்களும் ஒன்றைச் சொல்ல மறக்க மாட்டார்கள். தன்னை விட வயதில் இளையவர்களைக் கண்டால், "மகராசனாக இரு!" என்பது



வாழ்த்தொலியே வாழ்வின் ஒளியாக!

தன்னையறியாமல் வாயில் வரும் வாழ்த்து! சொல்வதனால் 'அவன் ராஜா ஆகிவிடுவானா' என்று நினைக்கலாம். கொஞ்சம் யோசித்துப் பார்த்தால் நம்முடைய தாத்தா பாட்டி, அவர்களுடைய முன்னோர்கள் எல்லோருமே, "நல்லா இரு" என்று மட்டும் சொன்னது நமது நினைவில் எதிரொலிப்பதை உணர முடியும்! உண்மையில் பல்லாயிரம் பேர் வாழ்த்தினாலும் ஒருவர் வாழ்த்தாவது நிச்சயம் பலிக்கும். இல்லாவிட்டால் நம் முன்னோர்கள், 'வாயில் விழக் கூடாது!' என்று எச்சரித்திருப்பார்களா?

புதிய ஆண்டில் புதுப் புது உறுதிமொழிகளை எடுப்போம். ஆனால் அடுத்து வீசும் பலத்த காற்றில் பறக்க விட்டு விடுவோம்! அப்படி இல்லாமல் இந்த ஆண்டிலிருந்து பேசுகின்ற ஒவ்வொரு சொல்லுமே நல்வார்த்தையாக வாழ்த்தாக இருக்க வேண்டும் என்ற கோரிக்கையை வாசகர்கள் அத்தனை பேர் முன்னிலையிலும் வைக்கிறேன். நாம் அனைவரும் அன்பு வட்டத்தில் கைசேர்த்து நிற்பது மனதில் தெரிகிறது! ஒரே குரலில், "நல்லதே



மங்கையர் மலர்
(கல்கி நிறுவன வெளியீடு)

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக பரதன் அச்சகத்தில் அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் : கி.ராஜேந்திரன்

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை -32

ஆசிரியர் :
ரேவதி சங்கரன்

உதவி ஆசிரியர் :
சாந்தி ரங்கராஜன்

வடிவமைப்பு :
ச. கார்த்திகேயன்

தொலைபேசி :
2225 1522, 2225 0623,
2225 1324

தொலைநகல் :
044 -22251021

மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com

சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com

பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com

மங்கையர் மலர்
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com

சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ.200/-
ஆறு மாதம் : ரூ.100/-

வெளிநாடு (விமானத்தபால்) :
ஒரு வருடம் : 37.50 யுஎஸ். டாலர்
இலங்கை : ரூ.915/-

Bharathan Publications Private Limited,
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

இந்தியாவின் நெ.1 மகளிர் இதழ் : மங்கையர் மலர்

சொல்வோம்! நன்மையே பயக்கும்!" என்று ஒலிப்பதும் கேட்கிறது!

மங்கையர் சக்தி மகத்தானது! பலிக்கும்! நிச்சயம் பலிக்கும்! நமக்குத் தீங்கு செய்கிறவர்களையும் வாழ்த்தி விடுங்கள்! அந்தச் சொல்லின் வலிமை அவர்களை மாற்றிவிடும். இல்லையென்றாலும் நல்வாக்குச் சொன்ன உங்களுக்கு அந்தச் சொல்லின் நல் அதிர்வு மேலும் மேலும் நன்மைகளையே பயக்கும். வாயிலிருக்கிறது வார்த்தை என்பார்கள். அந்த வார்த்தைகள் ஆக்கபூர்வமாக இருக்கட்டும்!

எல்லோரையும் மன்னித்து விட நாங்கள்



தெய்வமில்லை, மனிதர்கள்தாம்! இந்த எண்ணம் எழாமல் இருக்காது. மனத்தின் அடித்தளத்தில் ஆயிரம் இருக்கட்டும்! இருப்பினும் நல்லதே சொல்ல ஆரம்பிப்போம். சொல்லச் சொல்ல அதுவே பழகி விடும்.

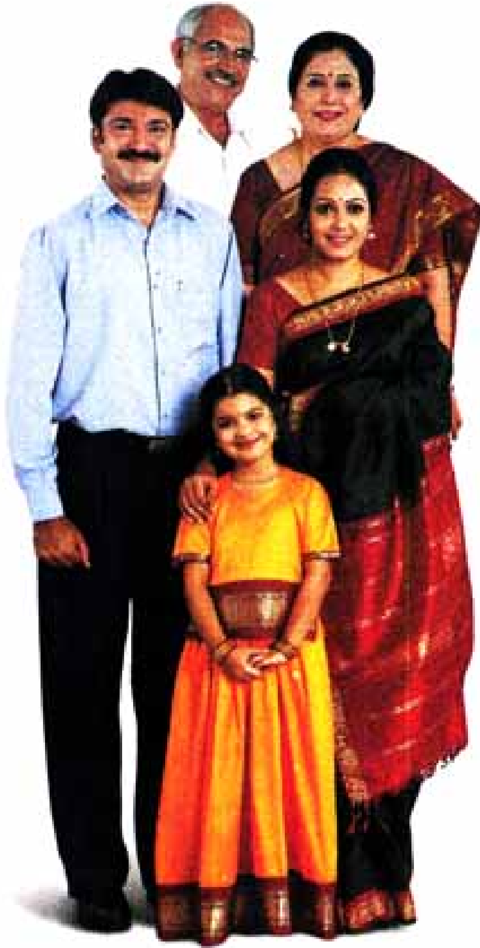
நல்ல சொற்கள் வாழ்த்துகளாகட்டும்! வாழ்த்துகள் வலிமைமிக்க ஒலி அலைகளாக எங்கும் பரவட்டும்! வாழ்த்தொலியே வாழ்வின் ஒளியாகட்டும்! இனிவரும் நாட்கள்; மாதங்கள், ஆண்டுகள் ஒவ்வொன்றும் வாழ்வில் இனிமை சேர்க்கட்டும்! எல்லாமே இன்பமயமாகட்டும்!

அமைதி, செழிப்பு, வளம், மகிழ்ச்சி ஆகிய நல்லன எல்லாம் உலக மக்கள் அனைவருக்கும் அருள வேண்டும் என எல்லாம் வல்ல இறைவனை வேண்டுவோம்!

வாழ்க வளமுடன்! வாழ்க வையகம்!

Superbrand

As per BIS.
IS:2888-1983.



உத்திரவாதமான மேனிப் பராமரிப்பு
தலைமுறை தலைமுறையாக

50 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக, மேனிப் பராமரிப்பில் ஸின்த்தால் நம்பகமான சோப் என்று தொன்றுதொட்டு பெயர் பெற்றுள்ளது. ஸின்த்தால் சோப் மேனியின் எழிலை மேம்படுத்துகிறது. இதன் ஒப்பற்ற நறுமணம் நாள் முழுவதும் நீடித்து உங்களை புத்துணர்வுடன் வைக்கும். எனவே ஸின்த்தால் பல தலைமுறைகளாக விசுவாசமான வாடிக்கையாளர்களை உருவாக்கியதில் ஆச்சரியமில்லை.



மேனிப் பராமரிப்பு என்றென்றும்

Orchard 8 GCPMSOCN 1086/05



KGEYES

KGEYES RESIDENCY PVT LTD.

இணைந்து வழங்கும்
10 மாதப் போட்டி

இல்லம்

கூப்பன்கள் கட்டுரைகளுடன் வந்து சேர வேண்டிய கடைசி நாள் : 16-01-2006







மனிதநேய வீடு

அன்பும் மனித நேயமுமே செங்கல்களாக வைத்து கட்டிய வீடு. இப்படியொரு வீடு இருக்க முடியுமா ?

இறுதிப் போட்டி 10

போட்டி விதிமுறைகள் :

- மாதம் ஒரு போட்டித் தலைப்பும், மாதம் ஒரு கூப்பனும் 10 மாதங்களாக இடம்பெற்றிருந்த இப்போட்டியில் வாசகிகள் அனைத்து விடைத்தாள்களையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து அனுப்ப வேண்டிய கடைசித் தேதி : 16.1.2006
- போட்டியில் வழங்கப்பட்டிருக்கும் KGEYES போட்டிக் கூப்பனையும் சேர்த்து வைத்து கூப்பனில் கேட்கப்பட்டிருக்கும் கேள்விக்கான பதிலையும் அதிலேயே நிரப்பி மொத்தக் கூப்பன்களையும் 16.1.2006 தேதிக்குள் விடைத்தாள்களுடன் இணைத்து அனுப்ப வேண்டும்.
- அனைத்து கூப்பன்களையும், கட்டுரைகளையும் ஒரே உறையில் வைத்து அனுப்ப வேண்டும்.
- கட்டுரைகள் மங்கையர் மலர் பக்கங்களில் ஒரு பக்கத்திற்கு மிகாமல் இருக்க வேண்டும்.
- பத்து மாத கூப்பன்களும், கட்டுரைகளும் ஒரே உறையில் வைக்கப்பட்டு வந்து சேர வேண்டிய முகவரி : ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.
- உறையின் மேல் 'என் இனிய இல்லம்' என்று குறிப்பிடவும்.
- போட்டியும் பரிசும் வருமான வரி விதிமுறைகளுக்கு உட்பட்டது.
- தேர்வு செய்யப்படும் விடைத்தாள்களிலிருந்து 5 இல்லத்தரசிகளின் வீட்டிற்கு மங்கையர் மலர் மற்றும் KGEYES குழு படையெடுக்கும்.
- இறுதியாக ஒருவர்க்கு மட்டும் வீடு பரிசு!
- பாரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் ஊழியர்கள் மற்றும் அவர்தம் உறவினர்கள் இந்தப் போட்டியில் பங்குகொள்ள வாய்ப்பில்லை.
- ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்
இணைந்து வழங்கும்

KGEYES
KGEYES RESIDENCY PVT LTD.

என் இனிய இல்லம்
10 மாதப் போட்டி

அன்புமிக்க ஆசிரியர் அவர்களுக்கு,

'என் இனிய இல்லம்' போட்டி கூப்பன்கள் '8', '9' மட்டும் என்னிடம் உள்ளன. 'போட்டி-1 முதல் போட்டி - 7' வரை தவற விட்டு விட்டேன். ஏப்ரல் 2005 முதல் அக்டோபர் 2005 வரை மங்கையர் மலர் இதழ்களை நான் பெற என்ன செய்ய வேண்டும்? அப்படியே இப்போது வாங்கினாலும் நான் 'என் இனிய இல்லம்' போட்டியில் கலந்து கொள்ள இயலுமா? தயவுசெய்து எனக்கு வழி சொல்லுங்கள்.

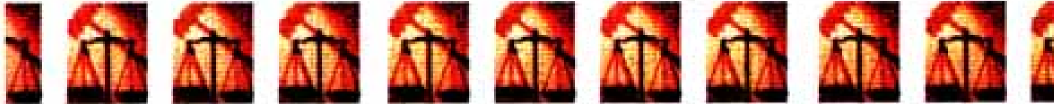
- பி. இந்துமதி, பாண்டிச்சேரி.

இது ஒரு வாசகியின் கடிதம். அவரின் கடிதத்திற்கு விளக்கமாகவும், மேலும் இது போல் வாசகியரின் ஐயங்களுக்கு பதிலளிக்கும் விதமாகவும் இதோ இந்த அறிவிப்பு :

- ஏப்ரல் 2005 முதல் ஜனவரி 2006 (இந்த இதழ் வரை) மங்கையர் மலரில் வெளியாகிய 'என் இனிய இல்லம்' போட்டியில் யார் வேண்டு மானாலும் கலந்து கொள்ளலாம்.
- இதுவரை கலந்து கொள்ளாத வாசகிகளும் இனிமேலும் இந்த இதழ் களைச் சேகரித்துக் கலந்து கொள்ளலாம்.
- அடுத்தது இந்த ஏப்ரல் முதல் ஜனவரி வரை உள்ள இதழ்களை மொத்தமாக அல்லது தவற விட்ட இதழ்களை மட்டும் பெற்றுக் கொள்ள மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடு தாங்கல், சென்னை - 32. (தொலைபேசி எண் : 2225 1522, 2225 0623, 2225 1324) முகவரிக்குத் தொடர்பு கொள்ளலாம்.
- தவற விட்ட இதழ் ஒன்றுக்கு ரூ. 20/- (தபால் செலவு உட்பட) M.O. மூலம் அனுப்பிப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்
- எந்தெந்த இதழ்கள் தேவை என்பதைக் கட்டாய மாகக் குறிப்பிடவும்.
- இந்த இதழில் முடிவு பெற்ற இப் போட்டியின் கடைசித் தேதி முன்பக்கம் இடம்பெற்றிருக்கும் போட்டி பக்கங் களிலேயே (பக்கம் 8, 9-ல்) அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.
- இந்த கடைசித் தேதிக்குள் உங்கள் கூப்பன்களை, கட்டுரை களை நீங்கள் அனுப்பி வைத்து விட வேண்டும்.
- உற்சாகமுடன் இப் போட்டியில் கலந்து கொண்டு வீடு பரிசாகப் பெறுங்கள்.

அனைவருக்கும் எங்கள் வாழ்த்துக்கள்!





பெண்களுக்கான சட்ட ஆலோசனை!



எனக்குத் திருமணமாகி ஐந்து வருடங்கள் கழித்து ஒரு பெண் குழந்தைக்குத் தாயானேன். திருமணமானது முதலே கணவர் மற்றும் அவரது அம்மா, அப்பா, அண்ணன் ஆகியோரால் பெரும் அவமானங்களுக்கு ஆளானேன். குழந்தை பிறந்த பிறகு அது அதிகரிக்கவே, தொல்லைதாங்க முடியாமல் தாய் வீட்டிற்கு நானும் குழந்தையும் வந்து விட்டோம்.

இனி, அவருடன் வாழ எண்ணமில்லை. எனக்குரிய பொருட்கள் (ரூ. ஒரு லட்சம் மதிப்புடையவை) அங்கு (கணவரிடம்) உள்ளன. அதைத் திருப்பித் தரும்படியும் விவாகரத்து வழங்கும்படியும் கூறினேன். அதற்கு அவர் பொருட்களைத் திருப்பித் தர மறுக்கிறார். விவாகரத்திற்கும் ஒப்புக் கொள்ளவில்லை. மேலும், நான் கோர்ட்டுக்குப் போனால் என்னை நடத்தை கெட்டவள் என்று கூறி குழந்தையை அவர் கோர்ட் மூலம் வாங்கி விடுவதாக மிரட்டுகிறார்.

எனக்குத் தேவை, என் குழந்தை நான் இறக்கும் வரை என்னிடம் இருக்க வேண்டும். நீண்ட நாட்களுக்குப் பின் எனக்குக் கிடைத்தது இந்தத் தாய்மைப்பேறு.

என் பெற்றோர் கஷ்டப்பட்டு சம்பாதித்த பொருட்கள் எனக்குத் திருப்பித் தரப்பட வேண்டும் (என் சர்ட்டிபிகேட் உட்பட)

நல்ல முறையில் எனக்கு விவாகரத்து வேண்டும் (ஜீவனாம்சத்துடன்).

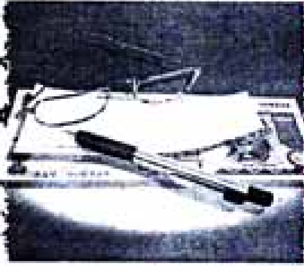
- எஸ். சுகன்யா.



தங்கள் கணவர் செய்யும் அச்சுறுத்தலுக்கும், பயமுறுத்தலுக்கும் தாங்கள் ஒருபோதும் அஞ்ச வேண்டாம். குழந்தைக்கு தற்போது இரண்டு வயதே நிரம்பியுள்ளது. தகுந்த காரணங்களை (அதுவும் நடத்தை குறித்து) சந்தேகத்திற்கு இடமில்லாமல் நீதிமன்றத்தில் நிரூபிக்காத பட்சத்தில் குழந்தையை எளிதில் தங்களிடம் இருந்து பிரித்து விட முடியாது. தங்கள் பொருட்களை திரும்பப்பெற்று தரும்படியும், தங்களுக்கு நிகழ்ந்த கொடுமைகளுக்காக செக்ஷன் 498-ஏ பிரிவின் கீழ் காவல் நிலையத்தில் புகார் கொடுக்கலாம். தங்களுக்கு



வாசகிகளின் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கிறார் வழக்கறிஞர் சுமதி



கடன் வேண்டாமே!

வேலை ஸ்தலத்தில் யாரிடத்திலும் எந்தக் காரணம் கொண்டும், கொடுக்கல், வாங்கல் வைத்துக் கொள்ளாதீர்கள். உங்கள் இயலாமையையும், இல்லாமையையும் யாரும் பங்கிட்டு விவாதிக்க விடாதீர்கள். பெண்களுக்குப் பிரத்தியேகமாகக் கடன் அளிக்க நிறைய வங்கிகள் உள்ளன. கடன் வாங்கியே தீர வேண்டும் என்ற நிலை வந்தால், கொடுப்பவர் யாராக இருந்தாலும், ஒருவேளை உறவினராக இருந்தாலும் நீங்கள் செய்ய வேண்டிய மிக முக்கியமான காரியம் உங்கள் விவரங்கள் அனைத்தும் முழுமையாக நீங்களே உங்கள் கையால் பூர்த்தி செய்யுங்கள். வெறும் 'கையெழுத்து' மட்டும் போட்டு விட்டு, பணம் கொடுப்பவரை பூர்த்தி செய்ய விடாதீர்கள். அதை ஜெராக்ஸ் காப்பி எடுத்து வைத்துக் கொள்வது நல்லது. ஏனென்றால் வெறும் ரூ. 5000/- கொடுத்து விட்டு, 50,000/- கொடுத்ததாக நிறைய வழக்குகள் உருவாகியுள்ளன. பண விஷயத்தில் முக தாட்சண்யம் வேண்டாம் சகோதரிகளே!

- சி. எம். பிரேமகுமாரி.

ஜீவனாம்சம், ஆயுட்கால ஜீவனாம்சம் மற்றும் விவாகரத்து ஆகியவற்றைக் கோரி நீதிமன்றத்தில் மனுதாக்கல் செய்யலாம். எல்லாவற்றையும் விட சத்தியத்தின் மீதும், ஒழுக்கத்தின் மீதும் நம்பிக்கையுள்ள உங்களுக்கு எந்தவொரு அவமானமும் ஏற்படாது என்று நம்பிக்கை கொள்ளுங்கள்.

என்னுடைய தோழி ஒருத்தி குடும்பச் சூழ்நிலையால் இரண்டாவது திருமணம் செய்து கொண்டாள். அந்த நபர் ஏற்கெனவே திருமணமாகி மனைவியை இழந்தவர். அவருக்கு 3 மகன்கள் இருந்தார்கள். என் தோழியின் பெற்றோர்கள் இஷ்டப்பட்டு, என் தோழியும், அவருடைய மகன்களை வளர்ப்பதற்கு நல்ல தாயாக ஒப்புக் கொண்டு திருமணம் செய்து கொண்டாள். என் தோழியின் கணவர் திருமணமாகி பத்து வருடங்கள் கழித்து மூன்று வருடங்களுக்கு முன்பு ஏதோ நோயால் இறந்து விட்டார். என் தோழி அதற்குப் பிறகு அங்கு இருக்க பிடிக்காமல் தன்னுடைய பெற்றோர் வீட்டிற்கு வந்து விட்டாள்.

என் தோழியின் கணவருக்கு சொத்துக்கள் உண்டு. ஆனால், அதில் என் தோழிக்கு பங்கில்லை என்று கூறிவிட்டனர். மேலும், சொத்துக்கள் அனைத்தும் மகன்களுக்கு என்று என் தோழியின் கணவர் உயில் எழுதி வைத்துள்ளதாக புகுந்த வீட்டினர் தெரிவிக்கின்றனர். என்னுடைய தோழியின் கணவரின் சொத்துக்கள் எல்லாமே அவருடைய தந்தையின் பேரில்தான் இருக்கிறது.

மேலும், என் தோழி இந்தச் சொத்து விவகாரமாக அதிகமாக பணம் செலவு செய்ய முடியாத நிலையில் இருப்பதால் இலவச சட்ட உதவி மையத்தை நாடலாமா, அவர்கள் ஏதாவது உதவி செய்வார்களா?

- எஸ். கீதா, சென்னை.

தங்கள் தோழி, ஒருவரை இரண்டாவது திருமணம் செய்து கொண்டதாக எழுதியுள்ளீர்கள். அவரது கணவர் எழுதியுள்ளதாகச் சொல்லப்படும் உயிலானது, பதிவு செய்யப்பட்டதா (அ) பதிவு செய்யப் படாத உயிலா? என்ற சங்கதி தங்கள் கடிதத்தில் இல்லை. தங்கள் தோழியின் கணவர் அவர் பெயரில் இல்லாத சொத்திற்கு உயில் எழுதி வைத்திருக்க முடியாது.

தங்களின் தோழியின் மாமனார் பெயரில் உள்ள சொத்துக்கள் குறித்து தங்கள் தோழியின் கணவர் ஒருபோதும் உயில் எழுதி வைத்திருக்க முடியாது. முதலில் சொத்துக்கள் யார் பெயரில் உள்ளன என்பதனைக் கண்டறிய வேண்டுமானால், சொத்துக்கள் உள்ள இடத்தில், பதிவாளர் அலுவலகத்தில், வில்லங்கச் சான்றிதழுக்கு விண்ணப்பித்தால், சொத்துக்கள் யார் பெயரில் உள்ளது என்பதனைக் கண்டறிய லாம். அது தங்கள் தோழியின் கணவர் பெயரில் இருக்கும்பட்சத்தில், தங்கள் தோழி சட்டப்படியான நடவடிக்கை எடுத்து சொத்துக்களைப் பெற முடியும். ஒருவேளை உயில் பதிவுசெய்யப்படாமல் இருக்கும்பட் சத்தில் அந்த உயிலின் உண்மை தன்மை குறித்தும் நீதிமன்றத்தில் பரிசீலித்துப் பார்க்க லாம். இதற்கு இலவச சட்ட உதவி மையங் கள் நிச்சயமாக உதவி செய்யும்.

எனக்கு வயது 35. நான் படித்த பெண். என் கணவரும் படித்தவர். எங்களுக்குக் கல்யாணமாகி 5 ஆண்டுகள் ஆகின்றன. நாங்கள் இருவரும் ஓர் ஆண்டு கூட சேர்ந்து வாழவில்லை. என் கணவர் வேலையை விட்டு விட்டு வந்ததால் இனி மேல் அவரை நம்பினால் பிரயோஜனம் இல்லையென்று நினைத்து கோபம் கொண்டு நாங்கள் இருந்த வாடகை வீட் டைக் காலி பண்ணிவிட்டு நான் வேறு வீட்டுக்குப் போய் விட்டேன்.

எனக்கும், என் கணவருக்கும் இரண் டரை ஆண்டுகளாக எந்தவிதமான தொடர் பும் இல்லை. எங்களுக்கு 4 வயதில் ஓர் ஆண் குழந்தையுள்ளது. நான் அவருடன் வாழ விரும்பவில்லை. இப்படியே விலகி விடலாம் என்று நினைக்கிறேன். அவர்கள் ஏதாவது செய்ய முடியுமா?

- கமலா.

தங்கள் கணவர் வேலையை விட்டு வந்ததால், அவரிடமிருந்து பிரிந்து வந்நதா கச் சொல்லியுள்ளீர்கள். மேலும் தங்களது கடிதத்தில், தங்களையும், தங்கள் குழந்தை யையும் கேட்டு, உங்கள் மாமனார் உங்கள் சகோதரனோடு அமெரிக்காவுக்குப் பேசியுள்ளார் என்றும் தெரிவித்துள்ளீர்கள். தற்போது தங்கள் கணவர் வேலையில் உள்ளாரா என்பது குறித்து எந்தத் தகவலும் தங்கள் கடிதத்தில் இல்லை. ஒருவேளை அவர் மீண்டும் நல்ல வேலையில் இருந்தால் நீங்கள் சேர்ந்து வாழ்வது குறித்து யோசிக்க வேண்டும் என்பதே சரியாக இருக்கும். ஒருவர் செய்வது பிழையா, (அ) குற்றமா என்பதனை உறுதி செய்து கொள்ளாமல், "இப் படியே விலகி விடலாம் என்று நினைக்கிறேன்" என்று தாங்கள் சொல்வது வருத் தத்திற்குரிய சங்கதியே தவிர, வரவேற்கத்தக்கதல்ல.

தாய், தந்தையர் ஒன்றாக இருந்து நல்ல சூழலில் குழந்தையை வளர்க்க வேண் டும் என்கிற கடமையை சற்று நினைத்துப் பார்க்கவும். எந்த ஒரு தருணத்திலும் அவசரப் பட்டு முடிவு எடுக்க வேண் டாம்.



ஜப்பான் நாட்டில் ரயிலில் செல்பவர்கள் பிரயாணத்தின் போது வாங்கும் தினப் பத்திரிகைகளைத் தாங்கள் தங்கள் ஊர் வந்ததும் இறங்கும் போது, கைகளில் எடுத்துச் செல்லாமல், ரயிலிலேயே விட்டு விட்டு வந்து விடுவார்களாம். ரயிலில் ஏறும் அடுத்தவர் படிக்கட்டும் என்ற நல்லெண்ணம்தான் காரணம்!
- எஸ். சீனிவாசன்

அனைவர்க்கும் எங்களது உளம்கனிந்த புத்தாண்டு மற்றும் பொங்கல் வாழ்த்துக்கள்!

ஓம் நமசிவாய

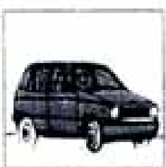
"ஜோதிட ரத்னா"

டாக்டர் இலா.அம். கருணாகரன்



எதிர்கால பலன்கள்





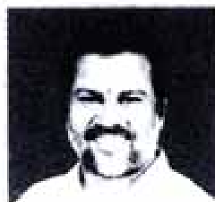


ஸ்ரீ சுகர் அகத்தியர்®

நாடி ஜோதிட நிலையம்

பழங்காலத்தில் வாழ்ந்த சப்தரிஷிகள், பதினெட்டு சித்தர்கள் வான் இயல், மருத்துவம், ஜோதிடம் ஆகியவற்றில் உள்ள இரகசியங்களை வாழையடி வாழையாக வரும் மனித சமூகம் தெரிந்து கொள்வதற்காக வேண்டி, ஓலைச் சுவடிகளில் எழுதி வைத்துள்ளனர். அவ்வாறு எழுதப்பெற்றஓலைச் சுவடிகள் மூலம் கை பெருவிரல் ரேகையைக் கொண்டும், ஜாதகத்தைக் கொண்டும், பிறப்பு முதல் ஆயுள் வரையிலான கல்வி, தொழில், வியாபாரம், உத்தியோகம், கலைப்பணி, பொதுப்பணி, திருமணம், திருமணத்தைப் பற்றிய விவரங்கள், குழந்தைகள், சொத்துக்கள் அடையும் காலங்களையும், கடன், வழக்கு, வியாதி, நட்டம், விரோதி, கண்டம் ஆகிய தீமைகளையும் அவற்றின் நிவர்த்திகளையும் போகர், சிவவாக்கியர், வசிஷ்டர் போன்றமகரிஷிகளால் எழுதப்பெற்றஓலைச் சுவடிகள் மூலம் படித்து எழுதியும் தருகிறோம்.

பழைய எண். 13/ புது எண் : 31,
மன்னார் (ரெட்டி) தெரு,
(கிருஷ்ணவேணி தியேட்டர் அருகில்) தி.நகர்,
சென்னை-600 017, தென்னிந்தியா,
போன்: 24360244, 55398367.



"ஜோதிட ரத்னா"
டாக்டர் இலா.அம். கருணாகரன்

www.naadijothidam.com

மும்பை விலாசம் : No: C1, Flat No: 123, 12th Floor,
Shree Shubh Karma Co-operative Housing Society Ltd.,
SSS Nagar, Koliwada, Sion East, Mumbai-400 037.
Ph. : 022-24013484 / 39544019

மண்ணில் நல்ல வண்ணம் வாழ எங்களை நாடி வாருங்கள்; நன்மைகள் பெறுவீர்.



* முதல் வகை...

இந்த ஹேர்ஸ்டைல் வகைகளை நீங்களே - வீட்டிலிருந்தபடியே போட்டுக் கொள்ளலாம். நேரமும் செலவும் மிச்சம். அழகாக ஸ்டைல் செய்து அமர்க்களமாகச் சென்று அனைவரையும் அசத்தலாம்.

முதல் வகையான இந்த ஹேர் ஸ்டைல் பிரஞ்சு ரோலில் ஒரு புது வகை. இதை மாடர்ன் பிரெஞ்சு ரோல் என்பர். இந்த வகை குறைவான முடி உள்ளவர்களுக்கு மிகவும் ஏற்றது. ரொம்பவும் சிம்பிளான அலங்காரத்துடன் திருமண வரவேற்பில் நிற்க விரும்பும் மணப்பெண்களுக்கு ஏற்ற ஹேர்-ஸ்டைல் இது! இதில், 'போனிடெய்ல்' போடுவதில்லை என்பதால் ஒரே ஒரு 'சாண்' முடி உள்ளவர்களும் இதைப் போட்டுக் கொள்ளலாம்.

தலைமுடி முழுவதையும் பின்பக்கம் இழுத்து வாரிக்கொண்டு ஒரு கற்றை முடியை மட்டும் காது பக்கத்தில் விட வேண்டும். கை எடுக்காமல் முடியைச் சுற்றி 'பன்' போலப் போட வேண்டும். கையை எடுக்காமல் முடியைச் சுற்றுவதால் ஒரு பக்கம் 'ரோல்' போலவும், ஒரு பக்கம் 'பன்' போலவும் வரும். குறைந்த முடிக்கு 'சப்பளிமெண்ட்' செய்ய 'ஹேர் ரோல்ஸ்' உண்டு. இவை கறுப்பு, பிரவுன் எனப் பல நிறங்களில் உண்டு. இதைக் கொண்டைப் பகுதியில் வைத்தால் நன்றாக இருப்பதுடன் முன்பக்கம் பார்க்கப் பெரியதாகவும், அசல் முடி போலவும் இருக்கும். இவற்றை வாங்கிப் பயன்படுத்தலாம்.





* பிரஞ்சுரோல்



* குறைந்த முடிக்கு சப்பளிமெண்ட்ஸ்

அழகுக்கலை நிபுணர்

வசுந்தரா

அ
ழ
கு!

அப்படியே விரலினாலும் முன்புற முடியைச் சுருட்டி ஹேர்பின் போட்டு வைத்தால் முடி நன்கு சுருண்டு நிற்கும், சுருள் ஆக!

இரண்டாவது வகை -

தழையத் தழைய ஹேர்-ஸ்டைல்கள் செய்து கொள்ள விருப்பப்படும் பலருக்கும் விருப்பம் இருந்தாலும் அதற்கேற்றபடி முடியும் நீளமும் அடர்த்தியும் அமையாத நிலையில்...?

கவலையே வேண்டாம். இதற்கெனவே அறிமுகமாகியுள்ளவைதான் 'ரப்பில்ஸ்'கள். முடியினால் ஆன இந்த சிகை அலங்கார சாதனம் உட்புறம் அலுமினியக் கம்பியால் ஆனது. இது வளைத்தபடி வளையும். முடியை நன்கு வாரி போனிடெய்ல் போட்டு அதை அப்படியே சிறிய கொண்டையாகச் சுற்றிய பின்பு, அதில் ரப்பில்ஸ் வைத்து அட்டாச் செய்து பாருங்கள்! உங்கள் இஷ்டம் போலச் சிறப்பான - முடியில்லாத குறையை மறைத்து தழையத் தழைய பெரிய ஹேர்ஸ்டைலாக அமைக்க முடியும். இதையே தலைக்கு மேலும் பெரிய கொண்டையாகவும் போடலாம்.

மூன்றாவது வகை ஹேர்-ஸ்டைலும் குறைந்த முடி உள்ளவர்களுக்குத்தான். குறைவான சின்ன முடியை வாரி

ஹேர் ஸ்டைலில் புதுவகைகள்!

சின்னப் 'போனிடெய்ல்' போட்டு சவுரி வைத்து நீண்ட பின்னலாகப் பின்னி நுனி பிரியாமலிருக்க ஒரு ரப்பர் பேண்ட் போடுவதோ அல்லது கறுப்புக் கயிறு கட்டுவதோ செய்ய வேண்டும். இதையே

* வளைத்தபடி வளையும் ரப்பில்ஸ்கள்!



* இரண்டாவது வகை...



கொண்டையாகச் சுற்றி அதில் கொண்டை ஊசி செருக வேண்டும். நீண்ட கூந்தல் உள்ளவர்களும் சவுரி வைக்காமல் அப்படியே பின்னி கொண்டை சுற்றிக் கொள்ளலாம். சிவப்பு ரோஜா இதழ்களை ஒரு பக்கமாகக் கட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.



• கிளிப்புடன் கூடிய...

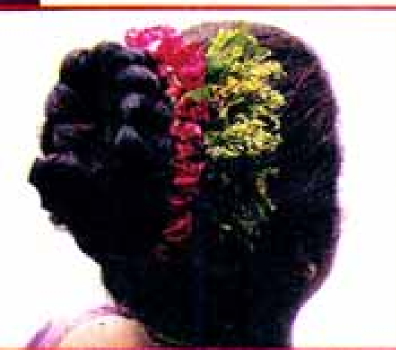


• ...ஹேர் அட்டாச்மெண்டுகள்!

பொக்கே செய்யும் போது பயன்படுத்தும் பச்சைத் தழையையும் இதே போல கட்டி வைத்துக்கொண்டு கொண்டையின் மீது ஒன்றின் மேல் ஒன்று (துலா ஓரே வரிசைதான்) வைத்து அலங்காரம் செய்ய வேண்டும். பட்டுப் புடவைகளுக்கு இது ரொம்பவும் மேட்ச் ஆகும் அந்த நாளில் இதைத்தான் பின்னி பிச்சோடா போடுவது என்பர். இன்று சில மாற்றங்களுடன் புது ஹேர்ஸ்டைலாக உருவெடுத்துள்ளது.

குறைவான முடி உள்ளவர்கள் அதை வாரி சிறிய போனிடெயில் போட்டு ரவுண்டாகப் பின் செய்து அதில் கிளிப்புடன் கூடிய ஹேர் அட்டாச்மெண்ட்டுகளைப் பயன்படுத்தி அன்றாடம் ஒரு ஹேர்ஸ்டைல் செய்து கொள்ளலாம். கிளிப்புடன் கூடிய ஹேர் அட்டாச்மெண்ட்டுகள் குறைவான முடி உடையவர்கள் - குறிப்பாக முடியை மிகவும் குட்டையாக வெட்டிக் கொண்ட இளம்பெண்கள் திருமண நாளன்று ஹேர்ஸ்டைல்கள் செய்து கொள்ள இது மிகவும் கைகொடுத்து உதவக்கூடியது. இழுத்தாலும் அவிழ்ந்து வராது. முடியுடன் சேர்த்துக் கிளிப் செய்து விடலாம்.

ஹேர்ஸ்டைல்களைக் கலைத்த பின்பு இரவில் முடியை நன்கு பிரித்துப் போட்டுக் காற்றாட விட வேண்டும்.



3. பிச்சோடா!



2. பின்னலிட்டு...



1. சவுரி வைத்து...



தாம்புக் கயிற்றிலே மிதியடி!

இது வருவாயும் ஈட்டித் தரும். பொழுது போக்காகவும் செய்யலாம். அதிக விலையில்லாத சமாச்சாரம்.

தேவையானவை : கிணற்றிலே தண்ணீர் எடுக்க உதவும் தாம்புக் கயிறு. (இப்பொழுதுதான் கிணறும் கயிறும் உபயோகம் இல்லை இதாவது செய்யலாமே)

கயிறை ரொம்ப கனமுமில்லாமல், ரொம்ப மெலிதாகவும் இல்லாமல் இரண்டு விரல் கட்டை அளவு வாங்கவும். கயிறைப் பிரித்து வாளி அல்லது தொட்டி தண்ணியிலே ஊறப் போடவும். அப்பத்தான் நாம் இழுக்கும் வளைவுக்கு வரும்.

கயிறு தண்ணீரை வடிய விட்டுச் சிறிது காய்ந்தபின், ஒரு முனை எடுத்து, ஒரு செயின் ஸ்டிச் போடவும். அந்த செயினிலேயே கயிறைக் கொடுத்து மீண்டும் செயின் ஸ்டிச் ஆகப் போட்டு ஒரு வளைவு செய்யவும். ஒரு ரவுண்டு வந்து விட்டோம். இப்போது, மேலே ஒன்றிலே, கயிறை நுழைத்து, உள்ளே, உள்ளே விட்டு செயின் ஸ்டிச் போடவும். இது போல, ஒரு மிதி அடி அளவு போடவும்.

வேண்டிய அளவு முடிந்தவுடன், கயிறும், முடிந்து விடும். நன்றாக முனைகளைச் சேர்த்து சிறிய கயிறினால் கட்டவும். கோணி ஊசியாலேயே, தைத்து விடலாம். இதிலே, உபயோகம் என்னவென்றால், கால் மண் உதிர்ந்து விடும். உள்ளே, அழுக்குச் சேராது. முதலில் ஒரு பிரியிலே செய்து பாருங்கள்.

- சரோஜாவாஞ்சி.

✦ பழையதாகிப் போன சிறு சிறு டவல்களைத் தூக்கி எறியாமல் 4, 5 டவல்களைச் சேர்த்து வேறு ஏதேனும் டிசைன் வைத்துத் தைத்து மிதியடிகளாகப் பயன்படுத்தலாமே!

- எஸ். சரஸ்வதி.

நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்



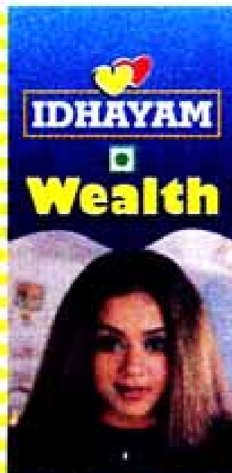
Dr.S.Vetrivel, M.S., (ENT)
South Zone
ENT Research Centre,
Villupuram

"நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்" நம் முன்னோர்கள் உணர்ந்து கூறிய அனுபவ மொழியாகும். நோயின்றி வாழ்வதற்குரிய நடைமுறை வழிகளில் நல்லெண்ணெய் மருத்துவமும் (Oil Pulling) முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றது.

பாண்டிச்சேரி, விநாயகா டிரேடர்ஸ், திரு N.நித்யானந்தம் அவர்கள் முயற்சியால் விழுப்புரம் தென்மண்டல காது, மூக்கு, தொண்டை ஆராய்ச்சி மையம் Dr.S.வெற்றிவேல்,M.S.(ENT) அவர்கள் நல்லெண்ணெய் மருத்துவம் குறித்து பாண்டிச்சேரியில் ஒரு முகாம் நடத்தினார்.

இதன்மூலம் வியத்தகு எண்ணெய் மருத்துவத்தின் பலன்கள் பற்றிய சிறப்பான அறிக்கையை அவர் வெளியிட்டுள்ளார்.

மேற்கூறிய முகாமில் பங்கு பெற்று ஒத்துழைத்த அனைவருக்கும் நன்றி கூறி, நல்லெண்ணெய் மருத்துவத்தின் பரிசோதனை அறிக்கையை தங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வதில் பெரிதும் மகிழ்ச்சி அடைகிறோம்.





முதல் முகாம் 08-05-2005 ஞாயிறு அன்று நடைபெற்றது. இம்முகாமில் 33 நபர்கள் கலந்து கொண்டனர். எண்ணெய் மருத்துவ முகாம் பற்றி விரிவான விளக்கவுரையும் உடல் நல பரிசோதனைகளும் செய்யப்பட்டது. முகாமில் கலந்து கொள்பவர்கள் ஒன்றும் சாப்பிடாமல் வருமாறு கேட்டுக் கொள்ளப்பட்டார்கள்.

முகாமிற்கு வந்தவர்களுக்கு இதயம் நல்லெண்ணெய் கொப்பளிக்கும் முறை தெளிவாகக் கூறப்பட்டது. மேலும் அவர்களுக்கு உள்ள பிரச்சனைகள் தெளிவாக அறியப்பட்டது. அவர்களுக்கு இரத்தக் கொதிப்பு இருக்கிறதா என்று பரிசோதனை செய்யப்பட்டது. முகாமிற்கு வந்தவர்கள் அனைவருக்கும் ஒரு லிட்டர் இதயம் நல்லெண்ணெய் வழங்கப்பட்டது.

அனைவருக்கும் இரத்தப் பரிசோதனை முதல் கட்டமாக எடுக்கப்பட்டது.

05-06-2005 ஞாயிறு அன்று மீண்டும் ஒரு லிட்டர் இதயம் நல்லெண்ணெய் இலவசமாக வழங்கப்பட்டது.

வியத்தகு இதயம் நல்லெண்ணெய் சிறப்பு மருத்துவ முகாம் மருத்துவ அறிக்கை

முகாமில் வந்தவர்கள் அனைவருக்கும் அதை உபயோகிக்கும் முறை தெளிவாக கூறப்பட்டது. அவர்களுக்கு ஏதாவது மாற்றம் தெரிகிறதா என்று அறியப்பட்டது. ஏதாவது பக்க விளைவுகள் தெரிகிறதா என்று அறியப்பட்டது.

இம்முறை இரத்தப் பரிசோதனை செய்யப்பட வில்லை.

மூன்றாவது முகாம் 03–07–2005 ஞாயிறு அன்று நடைபெற்றது. மீண்டும் இரண்டாவது இரத்தப் பரிசோதனை செய்யப்பட்டு அவர்கள் உடலில் ஏற்பட்ட மாற்றங்கள் கண்டறியப்பட்டது. நோயாளிகளின் அறிக்கையின்படி கீழ்க்கண்ட பலன்கள் இருந்ததாக தெரியவந்துள்ளது.

- ஆழ்ந்த உறக்கம் கிடைத்துள்ளது.
- உடல் புத்துணர்ச்சி அதிகரித்துள்ளது.
- காலையில் விழித்ததும் வறண்ட இருமல் தொந்தரவு குறைந்துள்ளது.
- காலையில் எழுந்தவுடன் முகம் வீக்கம் இல்லாமல் இருக்கிறது.
- உடல் சுறுசுறுப்பாக உள்ளது.
- உடலில் மினுமினுப்பு ஏற்பட்டுள்ளது.
- தோல் மிருதுவாக காணப்படுகிறது..
- தோல் நிறம் சிவப்பாக மாறியுள்ளது.
- பசி உணர்வு அதிகரித்துள்ளது.
- கை, கால் வலி குறைந்துள்ளது
- இரவில் அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கும் முறை குறைந்துள்ளது.
- சிறுநீர் பிரியும்போது எரிச்சல் உணர்வு குறைந்துள்ளது.
- கண்களை சுற்றி இருந்த கருவளையங்கள் மறைந்தன.
- கண் பார்வை தெளிவாக உள்ளது.
- உதடுகள் மிக மென்மையாக மாறியுள்ளன.
- முகத்தில் ஒரு தெளிவு உள்ளது.
- வாயில் உமிழ்நீர் நன்றாக சுரக்கின்றது.
- வாயில் துர்நாற்றம் அகன்றது.
- பல்லில் இரத்தக்கசிவு நின்றது.
- நெஞ்சுவலி இல்லை.
- மார்பு சளி குறைந்துள்ளது.
- தொண்டை எரிச்சல் குறைந்துள்ளது.
- குரல் தெளிவாக உள்ளது.
- முழங்கால் வலி குறைந்துள்ளது.
- காலில் உள்ள பித்தவெடிப்பு மறைகிறது.
- பாதத்தில் எரிச்சல் குறைகின்றது.
- இரத்த அழுத்தம் குறைந்துள்ளது.

இதயம் நல்லெண்ணெய் இரண்டு மாதம் தொடர்ந்து வாய்கொப்பளித் தவர்களுக்கு உடலில் பல நல்ல மாற்றங்கள் ஏற்பட்டது உறுதியாகத் தெரிகிறது.

LEKHA

மருத்துவ
அறிக்கையின் படி
கீழ்க்கண்ட பலன்கள்
இருந்ததாக
தெரியவந்துள்ளன.

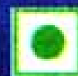
- ஹிமோகுளோபின் (HB%) 22 பேரில் 6 பேருக்குஅதிகரித்துள்ளது.
- வெள்ளையணுக்கள் (WBC%) 22 பேரில் 15 பேருக்கு கணிசமாக உயர்ந்துள்ளது.
- அலர்ஜிக்கு உண்டான ஈஸ்னோபில் (Eosinophil) என்னும் வெள்ளைய ணுக்களின் எண்ணிக்கை 22 பேரில் 12 பேருக்கு குறைந்ததாக தெரிய வந்துள்ளது.
- இரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவு (Blood sugar) 22 பேரில் 21 பேருக்கு குறைந்ததாக தெரிய வந்துள்ளது.
- இரத்தத்தில் யூரியாவின் (Blood Urea) அளவு 22 பேரில் 12 பேருக்கு கணிசமான அளவு குறைந்துள்ளது.
- சீரம் கிரியாட்டினின் (Creatinine) 22 பேரில் 13 பேருக்கு குறைந்ததாக தெரிகிறது.
- இரத்தத்தில் கொலஸ்ட்ரால் (Cholesterol) அளவு 22 பேரில் 21 பேருக்கு குறைந்துள்ளது குறிப்பிடத்தக்கது.

இவை அனைத்தையும் வைத்துப் பார்க்கும்போது இதயம் நல்லெண்ணெய் இரண்டு மாதம் தொடர்ந்து வாய்கொப்பளித்தவர்களுக்கு உடலில் பல நல்ல மாற்றங்கள் ஏற்பட்டது உறுதியாகத் தெரிகிறது.

Dr. S. Vetrivel, M.S., (ENT),
South Zone
ENT Research Centre,
Villupuram



IDHAYAM



Wealth



Sesame Oil

OIL PULLING

Net Contents 10ml (9 g)

வியத்தகு எண்ணெய் மருத்துவம்

'வாய்விட்டு சிரித்தால் நோய்விட்டுப்போகும்' இந்தப் பழமொழி, நடைமுறை உண்மை. இதுபோல மற்றொரு அனுபவ உண்மை என்னவெனில், வாயில் நல்லெண்ணெய் விட்டு கொப்பளித்து வந்தால் நோய்கள் பல நீங்கும்.

நல்லெண்ணெய் மருத்துவம், நல்லெண்ணெய்யின் மகத்துவத்தை உணர்த்துகிறது. சிரமம் ஏதும் இன்றி மிக எளிதாக செய்யக்கூடிய எண்ணெய் கொப்பளித்தலை **(oil pulling)** செய்து வருவது நமது உடல்நலத்தைப் பேணிக் காக்கும்.

எண்ணெய் கொப்பளித்தல் செய்யும் முறை

சுத்தமான நல்லெண்ணெய் 2 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து, வாயில் விட்டுக் கொண்டு அதை வாய் முழுவதும் படும்படியாக கொப்பளிக்க வேண்டும். 15 முதல் 20 நிமிடங்கள் வரை கொப்பளிக்கலாம். பற்களின் இடைவெளிகளுக்குள் எண்ணெய் போகும்படி செய்ய வேண்டும். 15 நிமிட நேரத்தில் எண்ணெய் நுரைத்து, வெண்மையாகி நீர்த்துப் போகும். அப்போது அதை உமிழ்ந்து விடவேண்டும். அதன்பிறகு வாயை நான்கு அல்லது ஐந்து முறை நன்றாகக் கழுவிச் சுத்தம் செய்துகொள்ளவும்.

எந்த நேரத்தில் செய்ய வேண்டும்?

இந்த எண்ணெய் மருத்துவம் செய்வதற்கு ஏற்ற நேரம் விடியற்காலை. பல் தேய்த்தபிறகு, சிற்றுண்டி உட்கொள்ளும் முன்பு என்றால் நல்ல பலன் இருக்கும்.

எவ்வளவு காலம் செய்ய வேண்டும் ?

நல்ல பசி, ஆழ்ந்த அமைதியான உறக்கம், நல்ல மனநிலை ஆகியவை வரும்வரைக்கும் எண்ணெய்க் கொப்பளிப்பு தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும். ஆனால் ஒன்பது மாதம் முதல் ஓராண்டு வரை எண்ணெய்க் கொப்பளிப்பு அனுசரிப்பது நல்லதென்பது எனது ஆலோசனை. ஏனென்றால் அப்படிச் செய்தால் ஓராண்டிற்குள் அனைத்துப் பருவங்களிலும் நேரிடும் மாறுதல்கள் காரணமாக ஏற்படும் நோய்கள், ஒவ்வாமை ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாப்பு கிடைக்கிறது.

நன்றி : தூம்மல கோட்டேசுவர ராவ்

தமிழில் : கோ.கிருஷ்ணமூர்த்தி

"இரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவு (Blood sugar) 22 பேரில் 21 பேருக்கு குறைந்ததாக தெரியவந்துள்ளது."

"இரத்தத்தில் கொலஸ்ட்ரால் (Cholesterol) அளவு 22 பேரில் 21 பேருக்கு குறைந்துள்ளது குறிப்பிடத்தக்கது."

நடப்புச் செய்தி

சென்னையில் நடப்பவை...

சென்னையில் எத்தனையோ கலையான நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறுகின்றன. அனைத்தையும் பட்டியலிட முடியாது. ஆனால் பயனுள்ள விஷயங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாமே. இதோ ஓர் அழகான அழகுக் கலை செய்தி :

நமக்கெல்லாம் முன்பே அறிமுகமாகியிருக்கும் அழகுக் கலை நிபுணர் ஹசினா சையத் தமது 'இந்தியன் இன்ஸ்டிடியூட் ஆஃப் ப்யூட்டி தெரபி' பயிற்சி பட்டறைக்கு புதிய வடிவம் தந்துள்ளார். பலரும் அழகுக் கலை கல்வியைப் புகட்டுவதோடு தங்கள் பணியை முடித்துக் கொள்கின்றனர். ஆனால் ஹசினா தமது மாணவிகளுக்கு வேலை தேடித் தருவதிலிருந்து அவர்கள் சொந்தமாக ப்யூட்டி பார்லர் தொடங்குவது வரை பல உதவிகளையும் ஆலோசனைகளையும் வழங்கி வழிநடத்துகிறார்.

அவ்வகையில் சென்னையில் தி.நகரில் திருமலை பிள்ளை சாலையில் 'ஆடபியன்ஸ் இண்டர்நேஷனல் அகாதமி'யைத் தொடங்கியுள்ளார். இதன் மூலம் சர்வதேசத் தரமான நவீன அழகுக் கலை கல்வியை ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும், உலகப் புகழ்பெற்ற நிபுணர் குழுவைக் கொண்டு ஜெர்மனியின் 'wella' நிறுவனத்தின் வழிகாட்டுதலோடு கிடைக்க வழிவகுக்கப்பட்டுள்ளது. இந் நவீன அழகியல் கல்வியைப் பெறுகிறவர்களுக்கு உலகளவில் வேலை வாய்ப்பு சர்வ நிச்சயம் என்று புன்னகை தவழ கூறுகிறார் ஹசினா சையத்.

• ஹசீனா சையத்

நகை இருந்தால் பெண்களின் முகத்தில் என்றும் புன்னகைதான்! இது வெள்ளி நகை சமாச்சாரம் : மைலாப்பூர் மாடவீதியில் சுக்கிரனாய் உலா வரும் சுக்ரா ஜுவல்லர்ஸ் தமது இந்த 25-வது வெள்ளி விழா ஆண்டில் பிரம்மாண்டமான மூன்று அடுக்கு வெள்ளி மாளிகையை எழுப்பியுள்ளது. இதில் ரஜதோத்சவம் கண்காட்சியை அமைத்து (ரஜதம் - வெள்ளி; உற்சவம் - விழா) மாண்புமிகு தமிழக ஆளுனர் மேதகு சுர்ஜித்சிங் பர்னாலா அவர்களை அழைத்துத் துவக்கி பொது மக்களின் பார்வைக்கு விருந்து படைத்தது. தென்னாட்டுப் பெருமைகளெல்லாம் வெள்ளியால் அலங்கரிக்கப்பட்டு இக் கண்காட்சியில் கொலுவீற்றிருந்தன! ஆம்,

• ரஜதோத்சவம்

ISO 9001:2000
CERTIFIED COMPANY

சௌபாக்யானாலே தனி மவுசு!
கூடவே கிடைத்திடும் பல பரிசு!!



சௌபாக்யாவின்

அரைக்க சமைக்க

ஆஃபர்











Sakthi Table Top
கிரைண்டருடன்
இலவசம்!







இலவசம்!
Shree, Maa, Tilting



*Conditions apply

SOWBAGHYA

110 volts & 60 Hz available for USA & Canada

Chennai: 32A, North Usman Road, T.Nagar, Ph: 2834 3547; 5, Hasthinapuram Main Road, Chrompet, Ph: 2223 4420; **Erode:** 0424-2269 965; **Bangalore:** 080-2532 0627; E-mail: grind@sowbaghya.com; www.sowbaghya.com



• கமலாதேவி சட்டோபாத்யாயா

திருக்கோயில் திருவாபரணங்கள், ஆகம உபச்சார பொருட்கள், செட்டிநாட்டு நகரத்தார் பெருமை பேசும் கோபுர விளக்கு, தாலி செட், கிளிக்கி அம்பு மற்றும் கன்னட ஆரத்திகள், தெலுங்கு சித்ரகூடம் என்று அனைத்தும் வெள்ளியால் மினியேச்சர் போல் செய்யப்பட்டு பார்வைக்கு வைக்கப்பட்டிருந்தன. கலைக்கு பெருமைசேர்க்கும் விதமாய் இருந்தது இப்பெரு விழா!

பாரம்பர்யக் கலைகளை கட்டிக்காப்பதில் நம்மவர்கள் முன்னவர்கள்! இது இனி நடக்கப் போகிற சமாச்சாரம் : கமலா - 2006

நம் நாட்டின் பழங்கலைகள் கைவினைகள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மறைந்து கொண்டிருந்த காலத்தில் அவற்றிற்குப் புத்துயிர் தர வேண்டிய அவசியத்தை உணர்ந்து 1965-ல் திருமதி கமலாதேவி சட்டோபாத்யாயா அவர்களால் உருவாக்கப்பட்ட அமைப்புதான் கிராஃப்ட்ஸ் கவுன்ஸில். இதனால் கைவினைக் கலைஞர்கள் பயனும் ஊக்கமும் பெற்று வருகின்றனர். நம் நாட்டின் ஒவ்வொரு மாநிலத்திலும் தனிச் சிறப்பு வாய்ந்த கைவினைப் பொருட்களை அந்தந்த மாநிலக் கலைஞர்களே நேரடியாக உருவாக்கும் அழகினை அற்புதத்தினை அவசியம் ஒவ்வொருவரும் காண வேண்டும். அதன் பெருமையை அடுத்த தலைமுறைக்கு எடுத்துக் கூறவேண்டும்!

கமலா 2006 - கைவினைப் பொருட்காட்சி ஜனவரி - 19 முதல் 24 வரை லலித்கலா அகாடமி - க்ரீம்ஸ் சாலை, எழும்பூர், சென்னையில் நடைபெறவுள்ளது!

- சாந்தி ரெங்கா

பெட்டிக் கதை

பொங்கல் புடவை



ராஜம் மாமி வீட்டில், இந்தத் தடவை தலைப்பொங்கல். ஐப்பசியில்தான் மூன்றாவது பையனுக்கு, பெரிய இடத்துப் பெண் ரமாவை மணமுடித்தாள். பின்னே... ஐம்பதாயிரம் சம்பளம் வாங்கும் இன்ஜினீயரல்லவா.... ரஞ்சித்!

ஒவ்வொரு பொங்கலுக்கும், மாமியாருக்கு மருமகள் இருவரும் 2,000 ரூபாய்க்குக் குறைந்து புடவை வாங்குவதில்லை. ஆனால், இம்முறை சின்ன ஓர்ப்படி அதிக விலைப் புடவை வாங்கி முதலிடத்தைப் பிடித்து விடுவாளோ... என்ற உறுத்தல்.

பொங்கலன்று மூன்று மகன்களும், அன்னைக்கு அன்பளித்தார்கள் புடைவைகளை. மூத்த இரு பிள்ளைகளின் புடவை, ஐயாயிரம் விலையில். மூன்றாவது பெட்டியை ராஜம் திறக்க, அனைவர் பார்வையும் அதன் மீது. உள்ளே, அழகான காட்டன் புடவை ஐந்நூறு ரூபாயில். எல்லோருக்கும் அதிர்ச்சி. கவனித்த ரமா, "முதன் முதலாக அத்தைக்கு நான் எடுக்கும் புடவை அடிக்கடி அணிய வேண்டும். அதிக விலையில் எடுத்தால், பீரோவில் உறங்கும். அதனால்..." பயந்தவாறு இழுக்கவே, இழுத்து வாரி அணைத்துக் கொண்டாள் ராஜம். 'என் செலக்ஷன் எப்படி...?' ரமாவைக் காண்பித்துக் கேட்க, "சூப்பர்" கோரஸாக... பதில் ஒலித்தது.

- என். கோமதி (அன்பு வட்ட எண் 186)





Neomed Hospital

Madurai's First Non-Surgical Treatment Centre For Heart Attack Problems

Timing :
Week days 9 am to 6 pm
Sunday 10am to 5 pm
(Phone enquires only)

"பைபாஸ் அறுவை சிகிச்சைக்கு மாற்று உண்டா?"

பிரதி வியாழன், வெள்ளி, சனி
ஆகிய தேதிகளில் மதுரையிலும்

திங்கள், செவ்வாய், புதன்
ஆகிய தேதிகளில் சென்னையிலும்

நியோமெட் மருத்துவமனையின்
தலைமை டாக்டர். L. சிவபாலன்
M.B.B.S., Dc. OT (Canada) CCP (USA), MCCP, MACCG
மருத்துவ ஆலோசனை வழங்குகிறார்.

மாரடைப்பு, நெஞ்சுவலி போன்ற இதய நோய்களுக்கு ஆஞ்சியோப்ளாஸ்டியும் பைபாஸ் சர்ஜரியும் மட்டுமே தீர்வுகள் என்று நினைக்கிறீர்களா? ஓஸோன் மற்றும் கிலேஷன் சிகிச்சைகள் மூலம் நிவாரணம் பெறுவீர்! இதயம் சம்பந்தமான நோய்களுக்கு இத்தகைய சிகிச்சைகள் குணமளிப்பது நிரூபணம் செய்யப்பட்டு, ஜெர்மனி, அமெரிக்கா, இங்கிலாந்து, ரஷ்யா, ஃபிரான்ஸ், ஜப்பான் உட்பட உலகில் 24 நாடுகளில் பின்பற்றப்படுகிறது. மேலும் 12 கோடிக்கும் மேற்பட்ட ஜெர்மனியர்கள் மற்றும் 7000க்கும் மேலான புகழ் பெற்ற மருத்துவர்கள், இதய, மூட்டு நோய்கள் மற்றும் புற்றுநோய்க்கும் இம்முறைகளையே நம்புகின்றனர். உங்களுக்கும் இந்த சிகிச்சை முறைகள் பற்றி அறிய ஆவலா? உடனே எங்களைத் தொடர்பு கொள்ளுங்களேன். அறுவை சிகிச்சையில்லை, வலி இல்லை, நீண்ட நாள் மருந்துகள் இல்லை. ஆனால் உங்கள் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வுகள் மட்டும் கட்டாயம் உண்டு!





NEOMED HOSPITAL
CARE FOR BETTER LIVING

11, Lakeview Road, Opp. Sundaram Theatre,
K.K. Nagar, Madurai - 625 020.
Ph : 0452-2581414, 2581515, 4393473

2181, 'L' Block, 12th Main Road,
Anna Nagar, Chennai - 600 040.
Ph : 044-26201147, 26200882

sasiads/mdu



தானத்தில் சிறந்தது உதானம்!



டாக்டர். என். ராமகிருஷ்ணன்

டிசம்பர் மாதம் பத்தாம் தேதி செய்தித்தாள் ஒன்றில் "ஆசிரியர்-மாணவர் உறவு" என்ற தலைப்பில் வெளியான செய்தி என்னை மிகவும் கவர்ந்தது. அமெரிக்காவில் உள்ள டெட்ராய்ட் நகரில் ஐந்தாம் வகுப்பு மாணவன் ஒருவனின் ஆசிரியர் அந்தச் சிறுவன் பள்ளிக்கு வராததால் அம் மாணவனின் வீட்டிற்குச் சென்று விவரம் அறிய முற்பட்டாராம். மாணவனின் தந்தை சிறுநீரகக் கோளாறால் பாதிக்கப்பட்டதை அறிந்தவுடன் தனது சிறுநீரகம் பொருந்துமா என்று சோதித்ததோடு நிற்காமல், அது பொருந்தும் என்று அறிந்தவுடன் தனது சிறுநீரகத்தைத் தானமாக அளித்திருக்கிறார். ஆச்சரியத்தில் பலர் "மூன்றாம் மனிதருக்காக எதற்கு உங்கள் சிறுநீரகத்தைத் தந்தீர்கள்?" என்று கேட்டதும், "அவர் மூன்றாம் மனிதரல்ல. என் மாணவரின் தந்தை. மேலும், உறுப்பு தானம் உயிர்களைப் பிழைக்க வைப்பதால் அது எனது மனத்துக்கு உகந்த செயலே" என்று கூறியிருப்பது மனத்தை நெகிழ வைக்கிறது.

உதானத்தைப் பற்றி ஒரு வருடமாக வெளிவரும் இத் தொடரினால் என் வாழ்க்கையில் பல புதிய நண்பர்களைச் சந்திக்கும் வாய்ப்பு எனக்கு ஏற்பட்டுள்ளது. முதலில் பலர் 'உதானம்' என்று புதிய சொல் உருவானதன் பின்னணி என்ன 'உடல் தானம், உறுப்பு தானம் என்பதைக் குறிக்கும் அல்லவா?' என்று கேட்டனர்.

மேலும் பலர் இந்தச் சொல்லுக்கு புதிய கோணங்களை கொடுத்து, 'உன்னதமான தானம் உதானம்!' என்றும் 'உதானாய ஸ்வாஹா' என்றும் விரிவுபடுத்தினர். இதையும் மீறி இலக்கணரீதியாக ஒருவர், 'உதானம் ஒரு வினைத்தொகை - உதவிய தானம், உதவும் தானம், உதவப் போகும் தானம் என்று மூன்று காலங்களையும் குறிக்குமோ?' என்று கேட்டு என்னையும் சிந்திக்க வைத்தார். இந்த ஒரு பக்கத் தொடர் பகுதி இத்தனை வாசகர்களைச் சிந்திக்க வைப்பது என் வாழ்க்கைக்கு ஒரு புதிய அர்த்தத்தை ஏற்படுத்தியுள்ளது.

பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் அறிமுகமில்லாதவர்களைச் சந்திக்கும் பொழுது, "நீங்கள்தானே உதானத்தைப் பற்றி விளக்குகிறீர்கள். எனக்கும் என் குடும்பத்தினருக்கும் கூட உதானம் செய்ய விருப்பம்" என்று கூறியவர்கள் பலர். நம் கலாச்சார தடையை மீறி இத்தகைய விஷயத்தை திருமணம், பிறந்த நாள் போன்ற கொண்டாட்டமான நேரத்திலும் பேச முன்வருவது என்னைப் பொறுத்தவரையில் ஒரு வரவேற்கத்தக்க மாறுதல்.

புதிய வருடம் ஆரம்பத்தில் பலர் பலவிதமான உறுதிகள் மேற்கொள்வர். இவற்றில் சில நிறைவேறுவதும், பல மறக்கப்படுவதும் நம் எல்லோருக்கும் தெரிந்ததே! இந்தத் தொடரைப் படிக்கும் வாசகர்கள் குறைந்தபட்சம் மாதம் ஒரு நண்பரையோ, உறவினரையோ உதானம் செய்வதைப் பற்றிப் பேசி சம்மதிக்க வைக்க வேண்டும் என்ற உறுதி மேற்கொள்ளலாமே என்று கூறி வாசகர்களுக்கு என் இனிய புத்தாண்டு வாழ்த்துக்களை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

உறவுகள் தொடர்கதை...



ஆர். கார்த்திகா, நாகர்கோவில்.

என் மனத்தில் பல நாட்களாக உள்ள கேள்வி. பொதுவாக எந்த ஒரு பத்திரிகையானாலும் அவர்களுக்கு வரும் எல்லாக் கடிதங்களையும் படித்து நிதானமாகத் தேர்வு செய்வது சாத்தியம்தானா? அல்லது கண்ணை மூடிக் கொண்டு (எல்லாவற்றையும் படித்து, பரிசீலிப்பது சாத்தியம் இல்லாத காரணத்தால்) தேர்வு செய்கிறார்களா? கேள்வி உங்களுக்குக் கோபம் வரவழைக்காது என நம்புகிறேன்.



மங்கையர் மலரைப் பொறுத்தவரையில் பிரிக்கப்படும் எல்லாக் கடிதங்களும் என் மேசையில் வைக்கப்படும். ஒவ்வொரு கடிதத்தையும் படித்து நிதானமாகத் தேர்வு செய்கிறேன் என்பதை உறுதியுடன் தெரியப்படுத்துகிறேன். கண்ணை மூடிக் கொண்டு தேர்வு செய்யும் வித்தையை நான் இன்னும் கற்கவில்லை. வாசகர் கேள்விக்கும், சிலரது குத்தல் பேச்சுக்கும் கோபப்பட்டால் நான் இந்தப் பொறுப்பில் இருக்கத் தகுதி ஏது!

ஜெயசுதா ஷங்கர், மும்பை.

புத்தாண்டு வாழ்த்துகள்! பிறக்கவிருக்கும் புதிய ஆண்டில் தங்களின் சீரிய சங்கல்பம் என்னவாக இருக்கும்? மங்கையர் மலர் வாசகியர்களுக்கு மட்டுமல்லாமல், ஒட்டுமொத்த (தமிழ்) மகளிர் சமுதாயத்திற்கும் தாங்கள் கூறும் அறிவுரை + ஆலோசனை என்ன?

உங்கள் கேள்வியைப் படிக்கும் முன்னரே எழுதிவிட்ட தலையங்கமும் நாத்தி மதனி விஷயமும் காட்டுவது இதுதான். குழந்தைக்கு என்ன பிடிக்கும் என்று தாயை விட வேறு யாருக்குத் தெரியும்? அந்தத் தாயாக இருக்க விரும்புகிறேன். ஒரு வேளை அது நாடக வசனமாகத் தோன்றினால்

அன்பு

வட்டம்



ரேவதி சங்கரன்

இதை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்! வாசகர் என் என்னும் முன் நான் எண்ணெய்யாக இருக்கும் முயற்சியில் ஓரளவு தேறியிருக்கிறேனல்லவா?

• கே. வான்மதி பாலா, ஆலூர்.

பெண்கள் என்றாலே சமையலறை, பூஜையறை, என்றிருந்த காலம் மாறி, சகல துறைகளிலும் பணிகளைத் துவக்கி வெற்றி நடை போட்டாலும் ஒரு சிலர் பூஜை அறை, சமையலறைப் பக்கம் வருவதையே குறைத்து விட்டதாகத் தெரிகிறதே! கவனித்தீர்களா?

வான்மதியே! உன் மதியில் உதித்த கேள்விக்கு என் மதிக்கு எட்டிய பதில் இதுவே! திருமதிகள் எத்தனையோ தடைக்கற்களைத் தாண்டி இன்று வளர்மதியைத் தொடும் அளவுக்கு ஆணுக்கீடாக அனுமதி பெற்றிருக்கிறார்கள். அன்று பூஜை அறையிலும் சமையலறையிலும் கிடைத்த நிம்மதியை இன்று தன் பணியிலும் பெண் காண்கிறாள். அவளது குடும்பம் அடைகின்ற நன்மையே வெகுமதி. நன்மதி படைத்தவராக இருந்தால் அதுவே இறைவனுக்குச் செய்யும் பூஜை. அடுப்பில் பூனை தூங்காமல் பால் பொங்குகிறதே! நல்லதை மதித்து நடக்கும் பெண்களைத் தாமதியாமல் பாராட்ட வேண்டாமா? என்ன, விடையால் உமது முகம் முழுமதியாக ஆனதா?

பி. சந்திரா, பொழிச்சலூர்.

காரியம் சாதிக்க பெரிதும் உதவுவது தோற்றப் பொலிவா? அணுகு முறையா?

தோற்றப் பொலிவோ, அணுகுமுறையோ காரியத்தைச் சாதிக்க உதவும் என்பதில் எனக்கு நம்பிக்கையில்லை. திறமை, உழைப்பு, சிறந்த மனத்தோடு எதையும் அளவிடமுற்படும் தன்மை இவற்றால் நிச்சயம் எங்கும் எதிலும் எதையும் சாதிக்கலாம் என்பது எனது அனுபவப் பாடம்.

வி. ராணி, குடவாசல்.

நம் மங்கையர் மலரில் மிகவும் அதிகமாக விளம்பரங்கள்தான் இருப்பதாகத் தெரிகிறது. நீங்கள் என்ன கூறுகிறீர்கள்? (என்ன கேள்விகள் கேட்டாலும் சமாதானப்படுத்தும் வகையில் பதில் கூறிவிடுவீர்களே!)

இது ஒவ்வொரு மாதமும் கேட்கப்படும் கேள்வி. ''மங்கையர் மலரில் மட்டும்தான் விளம்பரம் செய்கிறோம், அது போதும் எங்களுக்கு!'' என்று சொல்லும் வாடிக்கையாளர்கள் பலர் இருக்கிறார்கள். வருவாய் இல்லாமல் குடித்தனம் செய்ய முடியுமா? அது போலத்தானே பத்திரிகை நிறுவனங்களும்! விளம்பரத்துக்காகப் பத்திரிகை ஓடாது. விஷயமும் இருக்க வேண்டும். இரண்டும் இரு தண்டவாளங்கள். அதன் மீது பத்திரிகை நிறுவனம் தடங்கல் இல்லாமல் ஓடினால்தான் பத்திரிகை படுக்காமல் இருக்கும். எண்ணற்ற விளம்பரங்களின் நடுவே காட்டப்படும் சீரியல், சினிமா பற்றி உங்கள் கருத்து?

வீ. பேச்சியம்மாள்,
மதுரை.

ஆண்டுச்சந்தா கட்டி அன்பு வட்டத்தில் உறுப்பினர் அட்டை/ எண் வாங்கினவர்களுக்குத்தான் மங்கையர் மலரில் எழுத முன்னுரிமை கிடைக்கும் என்கிறாள் என் தோழி! நான் என்ன செய்வது?

அன்பு வட்டத்துக்கும் கட்டுரை ஏற்கப்படும் முன்னுரிமைக்கும் எந்தவித சம்பந்தமும் கிடையாது. அன்பு வட்ட எண் சந்தா கட்டியவர்களுக்குத் தரப்படும் ஒரு அட்டை. மங்கையர் மலர் வாசகியரை இணைக்கும் பாலமாகத்தான் இந்த அட்டை. மேலும், மங்கையர் மலர் நடத்தும் விழாக்களில் உதவி செய்ய விரும்பும் வாசகியரை இந்த எண் மூலம் தொடர்பு கொள்ள வசதியாக இருக்கிறது. அவ்வளவே! உங்கள் தோழியிடம் (நன்றாக) அடித்துச் சொல்லுங்கள் இதை!

*** இந்த மாதம் அன்பு வட்டம் சிறந்த கேள்விக்கு நர்மதா பதிப்பகம், சென்னை - 17 வழங்கும் ரூ. 250/- மதிப்புள்ள புத்தகங்களைப் பரிசாகப் பெறுபவர் : கே. வான்மதி பாலா, சூலூர்.**

மோகனா, ஸ்ரீரங்கம்.

மங்கையர் மலர் மாணவ சமுதாயத்திற்கு கல்வி உதவி செய்யக் கூடாதா? ஒன்றும் செய்வதாகத் தெரியவில்லையே?

கல்கி நிறுவனம் எனும் தாய்விருட்சத்தின் பழுக்கும் ஒரு கனிதான் மங்கையர் மலர். கல்கி, கோகுலம் (ஆங்கிலம்), கோகுலம் (தமிழ்), ஆகியவை ஏனைய கனிகள் என்பது பலருக்கும் தெரியவில்லை! நன்றாகக் கேட்டீர்களே ஒரு கேள்வி! பதினெட்டு ஆண்டுகளுக்கு முன்பு ரூபாய் 10,000த்தில் தொடங்கப்பட்டது கல்கி கிருஷ்ணமூர்த்தி நினைவு அறக்கட்டளை. நடப்பு ஆண்டில் ரூ. 2,25,000 அளவுக்கு உதவித் தொகைகளை, தகுதியுள்ள மாணவ மாணவியருக்கு இந்த அறக்கட்டளை அளித்துள்ளது. இந்த அறக்கட்டளையின் பணிகள் எதிர்காலத்தில் மேலும் சிறந்தோங்கும்.

லக்ஷ்மி ஸ்ரீநிவாஸன்,
நியூடெல்லி.

ராகு காலம், எமகண்டம், சூலம்... இப்படிப் பல நேரங்களில் சுபகாரியங்களை நாம் தவிர்க்கிறோம். ஆனால் பிற மதத்தினர்கள், ஏன் நம்மவர்களே

அன்பு மகளே செல்வி சோமசுந்தரம்,

அக்டோபர் இதழில் இடம்பெற்ற உன் கேள்விக்கு ஒரு வாசகர் எனக்கு விளக்கமளித்து கடிதம் ஒன்றை அனுப்பியுள்ளார். அதை உன்னிடம் சேர்ப்பிக்க என்னிடம் உன் விலாசம் இல்லை. (நீ அக் கடிதத்தில் குறிப்பிடவில்லை.) என்னை அலுவலகத்தில் தொடர்பு கொண்டு அவ் விளக்கத்தைப் பெற்றுக் கொள்ளவும்.

(ஆர்.)

இவற்றை அனுசரிப்பதில்லை. ஆனால் அவர்களுக்கு எந்தவிதப் பாதிப்பும் ஏற்படவில்லை. நாம் மட்டும் ஏன் அனுசரிக்க வேண்டும்? - என் 8 வயது அபிஷேக்கின் கேள்வி. எனக்குத் தெரிந்தவரை விளக்கம் தந்தேன். இருந்தாலும் இந்தக் கேள்விக்குப் பொருத்தமான விளக்கம் தரக்கூடியவர் நீங்கள் தான். ப்ளீஸ்....

அடக்கடவுளே! 8 வயது அபிஷேக்கிடம் எமகண்டம், ராகுகாலம் பற்றிய அலசல் தேவையா? இதையெல்லாம் தாண்டி வாருங்கள்! எல்லோரும் சூலம் பார்த்தால் பல ரயில்கள் ஓடாது. பேருந்துகள் பெருமூச்சு விடும். எதையும் பகுத்தறிவோடு இயைந்தபடிச் செயலாக்கப் பாருங்கள். இப்போதுள்ள காலகட்டத்தில் இவற்றை (அளவுக்கு அதிகமாக நம்பினால் ஒழிய) கடைப்பிடிப்பது கடினம். எந்தத் தளைகளும் உங்களைக் கட்டிப் போட வேண்டாம். நடப்பது நடந்தே தீரும். நடப்பவை நல்லதாகும் என்று நம்பினால் மட்டுமே போதும்!

திருமதி பாப்பா,
திருநெல்வேலி.

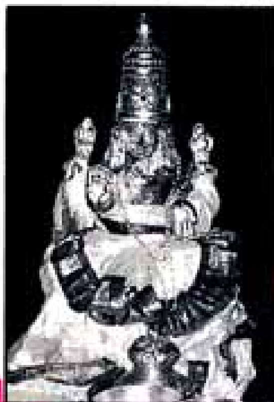
வேறு யாரிடம் இதனை ஒப்படைத்து இருந்தாலும் நாம் செய்தது போலச் சிறப்பாகச் செய்திருக்க மாட்டார்கள் என்று நீங்கள் சமீபத்தில் பெருமிதப்பட்ட நிகழ்ச்சி ஒன்றைக் கூறுங்களேன்?

நீங்கள் எதை மனத்தில் கொண்டு இந்தக் கேள்வியைக் கேட்கிறீர்களோ தெரியவில்லை! தரப்பட்ட எந்தப் பணியிலும் ஈடுபாட்டுடன் செயல்படுவது தான் உயர்வைத் தரும் என்பது நான் கற்ற பாடம். அண்மையில் பலருக்கு விருதுகள் (அடியேனையும் சேர்த்து) தரப்பட்ட விழாவில் ஏற்புரை கூற என்னை அழைத்தபோது என்னையும் அறியாமல் உணர்வு வழிநடத்த ஏற்புரை கூறி முடித்தேன். அருகிலிருந்த பெரிய மனிதர் ஒருவர், ''உங்களால்தான் இத்தனை அழகாகப் பேச முடியும்!'' என்றார். "மற்றவர்களுக்கு வாய்ப்புத் தந்திருந்தால் அல்லவோ தெரியும்?'' என்ற எண்ணம் எனக்குள் ஓடியது யாருக்கும் தெரியாது! (இன்று உங்களுக்கு மட்டும்தான் தெரியும்!!!) தன்னைப் பற்றி 'ஓஹோ' என்று எண்ணியவர் யாரும் நீடித்ததில்லை!

பிரபா டாக்கர்,
ஹைதராபாத்.

தானத்தில் சிறந்தது அன்னதானம் என்று சொல்லப்படுகிறதே - உதானம் அதையும் மிஞ்சி விட்டதா?

உண்மை! உண்மை! நிதானமாக யோசித்துப் பார்த்தால் அன்னதானம், குடிநீர் தானம், வஸ்திர தானம், கல்வி தானம், கண் தானம் எல்லாவற்றையும் விட நிச்சயமாக மிக மிக உயர்ந்தது உடல்தானமான 'உதானம்'தான்.



அமிர்தவல்லித் தாயார்
அஹோபிலம்

நரநரசிம்ம க்ஷேத்திரம் என்றும் புகழப்படுகிற அஹோபிலத்தில் நித்யவாசம் செய்கின்ற இந்த அஹோபில நாயகி செஞ்சுலட்சுமி, அஹோபிலவல்லி, அமிர்தவல்லி என்ற திருநாமங்களில் போற்றப்படுகிறார்.
- ஜெயமணி

சுவையான பொங்கல்!



1. பால் பொங்கல்

பச்சரிசி - 1 தம்ளர், பால் - 8 அல்லது 9 தம்ளர்,
உப்பு - 1 டீஸ்பூன்.

கனமான உருளியில் பாலை ஊற்றி அடுப்பில் வைக்கவும். பால் கொதிக்கும் பொழுது அரிசியைக் களைந்து போட வேண்டும். அடிக்கடி கலந்து கொண்டேயிருக்க வேண்டும். அடுப்பை மிதமான நிலையில் வைக்க வேண்டும். சாதம் நன்றாக வெந்த பிறகு, உப்பைப் போட்டுக் கலந்து பொங்கல் பதத்திற்கு வரும்பொழுது இறக்கி வைக்க வேண்டும்.

(புது அரிசியாக இருந்தால் 1 தம்ளர் அரிசிக்கு 9 அல்லது 10 தம்ளர் பால் கூட பிடிக்கும்).

2. சர்க்கரைப் பொங்கல்

பச்சரிசி - 1 தம்ளர், பால் - 8 (அ) 9 தம்ளர் அதில் 1 தம்ளர் தண்ணீர், வெல்லம் - 1½ தம்ளர், நெய் - 2 ஸ்பூன், முந்திரி - 10, ஏலப்பொடி - சிறிது, தேங்காய்த் துருவல் - ¼ மூடி.

கனமான உருளியில் பால் 8 தம்ளர்+1 தம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி, கொதிக்கும் போது தண்ணீர் விட்டுக் கழுவிய அரிசியைப் போட்டு மிதமான தீயில் கலந்து கொண்டேயிருக்க வேண்டும். அரிசி வெந்தவுடன் தூள்செய்த வெல்லத்தைப் போட்டுக் கலக்கி, வெல்லம் கரைந்தவுடன் நெய் ஊற்றி, தேங்காய்த் துருவல் போட்டு நெய்யில் வறுத்த முந்திரியைப் போட்டு ஏலப்பொடி போட்டுக் கலக்கி இறக்கவும்.

- இந்திரா

3. கோவில் சர்க்கரைப் பொங்கல்

பச்சரிசி - 2 ஆழாக்கு, பயத்தம் பருப்பு - ½ ஆழாக்கு, பொடி செய்துள்ள பாகு வெல்லம் - 1½ ஆழாக்கு, முந்திரிப் பருப்பு - 16, உலர்ந்த திராட்சை - 50 கிராம், ஏலக்காய்ப் பொடி - 1 டீஸ்பூன், நெய் - 1½ சிறிய கரண்டி, ஜாதிக்காய் (தேவைப்பட்டால்) - 1 சிறிய துண்டு.

செய்முறை : வாணலியில் சிறிதளவு நெய் விட்டு, அரிசி, பயத்தம் பருப்பை வாசனை வரும் வரையில் வறுத்தெடுக்கவும். அடுப்பில் வெண்கலப்



பானையில், தேவை யான அளவு நீரில் சிறிதளவு பாலும் சேர்த்து விட வேண்டும். நீர் நன்றாகக் கொதிக்கும் போது, அதில் அரிசி, பருப்பு இரண்டையும் போட்டு, நன்றாகக் குழைவாக வெந்ததும், அத்துடன் தனி யாகக் காய்ச்சி வைத்துள்ள வெல்ல ப்பாகை விட்டு நன்றாகக் கலக்கும்படிக் கிளறி விட வேண்டும். நெய்யில் ஜாதிக் காய்த் துண்டைப் பொரித்துப் பொடி செய்து சர்க்கரைப் பொங்கலில் போட்டுக் கலக்க வேண்டும். மீதி நெய்யையும் விட்டு ஏலப்பொடியையும் தூவிக் கலக்கவும். கீழே இறக்கி வைத்து நெய்யில் வறுத்து வைத்துள்ள முந்திரி, திராக்ஷையைத் தூவி விடவும். சர்க்கரைப் பொங் கலை சூரியபகவானுக்கும் சூரிய நாராயணனுக்கும் நைவேத்தியம் செய்யவும்.

4. கற்கண்டு பொங்கல்

பச்சரிசி - 2 ஆழாக்கு, கண்டக் காய்ச் சின பால் - 1 லிட்டர், சிறிய டய மண்டு கற்கண்டு - ½ கிலோ, நெய் - 1½ சிறிய கரண்டி (அ) 1 கரண்டி, ஏலப் பொடி - 1 டீஸ்பூன், வறுத்த முந்திரி - 15, உலர்ந்த திராட்சை- 50கிராம்.

செய்முறை :
வாணலியில் சிறிது நெய் விட்டு, வாசனை வரும் வரையில் அரிசியை வறுத்தெடுக்கவும். அடுப் பில் வெண்கலப் பானை (அ) குக்கரில் பாலை விட்டு, அதில் அரிசியைக் குழைய வேகவிடவும். அதில் கற்கண்டைப் போட்டு, நன்றாகக் கிளறி, கற்கண்டு கரைந்து கற்கண்டு பொங்கலாக ஆனதும், ஏலப்பொடியைத் தூவி கலந்து, பொங் கலை கீழே இறக்கி வைத்து, நெய்யில் வறுத்து வைத்துள்ள முந்திரி, திராக்ஷை யைத் தூவிக் கலந்து விடவும்.

5. கருப்பஞ்சாறு பொங்கல்

பச்சரிசி - 1½ ஆழாக்கு, கரும்புச்சாறு - 4 பெரிய தம்ளர், கெட்டியான தேங் காய்ப் பால் - 1 பெரிய தம்ளர், முந்திரிப் பருப்பு - 10, நெய் - சிறிய கரண்டி, உலர்ந்த திராட்சை - 25 கிராம், ஏலப்பொடி - 1 டீஸ்பூன்.

செய்முறை : அடுப்பில் வாணலியில் அரிசியைச் சிறிது நெய் விட்டு வாசனை வரும் வரையில் வறுத் தெடுக்கவும். அடிகனமான வெண் கல உருளியில் கரும்புச் சாறை விட்டு, களைந்த அரிசியைப் போட்டுக் குழைய வேகவிடவும். அரிசி முக்கால் பதம் வெந்தவுடனேயே தேங்காய்ப் பாலை விட்டு நன்றாகக் கிளறி வெண்ணெய் போல் குழைய வெந்ததும், ஏலப்பொடி

⌘ சர்க்கரைப் பொங்கலில் முந்திரியுடன், வெள்ளரி விதை, நறுக்கிய செர்ரித் துண்டுகள், பேரீச்சம் பழத் துண்டுகள் சேர்த்துப் போட்டால், புது சுவையுடன் குழந்தைகளும் விரும்பிச் சாப்பிடு வார்கள்.

⌘ வெண் பொங்கல் செய்யும் போது, அரிசிக்குப் பதில் ஓட்ஸைப் பயன்படுத்தி, பொங்கல் செய்தால், வித்தியாசமாக இருக்கும். உடம்புக்கும் நல்லது.

- தஸ்மிலா அஸ்கர்.



சொர்க்கத்தில் நிச்சயிக்கப்படும்

திருமணங்கள்



சுமார் 90 வருடங்கள் பாரம்பரியமிக்க ராசிக் கற்கள் விற்கும் பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸின் உரிமையாளர் **திருமதி. ஷர்மிளா இராஜசேகர்** அவர்கள் International Astrogemmologist அவர் பலரது பிரச்னைகளுக்கு தன் ராசிக் கற்கள் மூலம் தீர்வு தருகிறார். இவருடைய Energised Gems மிகவும் பிரபலமானது. அவரிடம் சில கேள்விகளுக்கு விளக்கங்கள் கேட்டோம்.

கே : *திருமணத்திற்காக ஜாதகம் பார்ப்பது எப்படி? எந்தெந்த பொருத்தம் பார்க்க வேண்டும்?*

ப : பொதுவாக திருமணத்திற்காக ஜாதகம் பார்ப்பது நட்சத்திரப் பொருத்தம் மட்டும் பார்த்தால் போதாது. உதாரணம் : 10க்கு 8 (அ) 10க்கு 7 போதும் ஆனால் அப்படி செய்வது தவறு.

1. சுப ஜாதகம் சுப ஜாதகத்துடனே பொருந்த வேண்டும்.
2. பாவ ஜாதகம் பாவ ஜாதகத்துடனே பொருந்த வேண்டும்.
3. செவ்வாய் தோஷமுள்ள ஜாதகம் செவ்வாய் தோஷ ஜாதகத்துடனே பொருந்த வேண்டும்.

அப்படி பொருத்தப்படும் ஜாதகங்களே நிலைத்து நிற்கும். இது மிகமிக அவசியம்.

கே : *பாவ ஜாதகம் என்றால் என்ன?*

ப : 2ம் இடம் எனப்படும் குடும்ப ஸ்தானம் 4ம் இடமான சுகஸ்தானம், 7, 8ம் இடமான கலஸ்த்ர ஸ்தானம், 12ம் இடமான அயன சயன சுகஸ்தானம் ஆகிய இடங்களில் பாவர்கள் என்று சொல்லப்படும் ராகு, கேது, செவ்வாய், சனி இவர்களில் யாராவது ஒருவருக்கு இருந்தால் மற்றவருக்கு அப்படியே அமைய வேண்டும். அப்படியிருந்தால்தான் அது பொருந்தும்.

கே : *யார் யார் செவ்வாய் தோஷம் பரிகாரம் பெருகிறார்கள்.*

ப : லக்னம், சந்திரன், சுக்கிரன் ஆகியவைகளுக்கு 2, 4, 7, 8, 12 ஆகிய இடங்களில் செவ்வாய் இருந்தால் தோஷ ஜாதகமாக கொள்ள வேண்டும். அப்படி இருந்தும் சிலர் பரிகாரம் அடைகின்றனர். உதாரணம் : செவ்வாய் உச்சம் ஆட்சி பெற்றாலோ, சூரியன், குரு, சனி ஆகியவைகளுடன் சேர்ந்தோ அல்லது பார்க்கப்பட்டால் தோஷம் இல்லை. செவ்வாய் 2ம் இடமாக இருந்தாலும், கன்னி, மிதுனம் இருந்தாலும் தோஷம் இல்லை. 7ம் இடமாக இருந்து கடகம், மகரம் ஆனால் தோஷம் இல்லை. 8ம் இடமாக இருந்து தனுசு, மீனம் ஆனால் தோஷம் இல்லை. இப்படியாக பலவற்றை ஆராய்ந்து மற்றவருடைய ஜாதகத்தைப் பொருத்த வேண்டும்.

நன்றாக பொருந்திய ஜாதகருடைய தம்பதியருக்கு நல்ல ஜாதகமுடைய குழந்தையே அமையும். இது உலகம் கண்ட உண்மை.

கே : *திருமணம் விரைவில் நடக்க பரிகாரம் உண்டா?*

ப : தோஷம் உள்ள ஜாதகங்கள் திருமணம் தாமதம் அடைகின்றன. அப்படிப்பட்ட ஜாதகர்களுக்கு தோஷம் நிவர்த்தி செய்து, ஜாதகத்திற்கு ஏற்ற இராசிக் கற்கள் அணிந்தால் திருமணம் தாமதமின்றி பொருத்தமான வரன் அமையும். வாழ்க்கை சுகமாக இருக்கும்.

அதேபோல நாங்கள் ஜாதகத்தை துல்லியமாக ஆராய்ந்து அந்த ஜாதகத்திற்கு தேவையான கற்களை தருகிறோம். அத்துடன் அந்த ஜாதகத்துக்கு தேவையான சில பரிகாரங்களை பரிந்துரைக்கிறோம்.

உங்கள் ஜாதகத்தில் எந்த குறை இருந்தாலும் இந்த நகலுடன்
திருமதி. ஷர்மிளா ராஜசேகரை *அணுகவும் :*

Padmashri Gems Jewellers

Astro-Gems, Diamonds, Gold & Silver Jewellery

53-A, North Usman Road, T.Nagar, Chennai - 17.
India. Ph : 52122927, 28157560
Email : powerofgems@yahoo.com
Website : www.padmashrigems.8m.com

ADVT.



கோலத்தில் கலர்ப் பொடி தூவும் போது டீ வடிகட்டியைப் பயன்படுத்தினால், ஒரே சீராக இருக்கும். விரைவாகவும் வேலை முடிந்து விடும்.
பி. ஜானகி.

சேர்த்து, நெய் விட்டுக் கலந்து பொங்கலைக் கீழே இறக்கி வைத்து, நெய்யில் வறுத்த முந்திரி, திராட்சையைத் தூவிக் கலந்து விடவும். இந்தப் பொங்கல் தேங்காய் வாசனையுடன் சுவை கூடியிருக்கும்.

6. வாழைப்பழப் பொங்கல்

பச்சரிசி - 1 கப், பச்சை வாழைப்பழம் - 3, சர்க்கரை - 1½ கப், பால் - 2 கப், மைதா - 2 டீஸ்பூன், ஏலக்காய்ப் பொடி - ½ டீஸ்பூன், பன்னீர் எஸென்ஸ் - சில சொட்டுகள், நெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், குங்குமப்பூ பாலில் கரைத்தது - 1 டீஸ்பூன், பாதாம், பிஸ்தா பருப்புத் துருவல் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.

செய்முறை : ஒரு வாழைப்பழத்தை தோல் நீக்கி, சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். மீதி பழத்தையும் தோல் நீக்கி, கையால் மசித்து வைக்கவும். பாலில் அரை கப் சர்க்கரையைச் சேர்த்து சூடாக்கவும். இதில் மைதா சேர்த்து, கட்டியில்லாமல் கரைத்து, கொதிக்கவிட்டு கெட்டியாக்கவும்.

இதனை ஆறவிட்டு, மசித்த வாழைப்பழம், குங்குமப்பூ கலந்து வைக்கவும். அரிசியைக் கழுவி, போதுமான நீர் விட்டு, வேகவைத்து எடுக்கவும். பின் ஒரு பாத்திரத்தில் மீதி சர்க்கரையைக் கொட்டி, மூழ்கும் வரை நீர் விட்டு, கெட்டிப்பாகு காய்ச்சவும்.

பாகில் வெந்த சாதம், நெய், ஏலக்காய்ப் பொடி சேர்த்து நன்கு கலக்கவும். பின் வாழைப்பழத் துண்டுகள், பால் கலவை சேர்த்து மெதுவாகக் கலந்து விடவும். மேலே பன்னீர், பாதாம், பிஸ்தா பருப்புத் துருவல் தூவவும்.

7. சேமியா தால் பொங்கல்

பச்சரிசி - 1 கப், உடைத்த சேமியா - ½ கப், கடலைப் பருப்பு - ¼ கப், தேங்காய் - 1, துருவிய வெல்லம் - 1½ கப், ஏலக்காய்ப் பொடி, சுக்குப் பொடி - தலா ¼ டீஸ்பூன், நெய் - 4 டேபிள் ஸ்பூன், முந்திரிப் பருப்பு, உலர் திராட்சை - சிறிதளவு.

செய்முறை :

தேங்காயைத் துருவி, நீர் விட்டு அரைத்து, முதல் பால், இரண்டாம் பால் என எடுத்துக் கொள்ளவும். சேமியாவை சிறிது நெய்யில் வறுத்துக்கொண்டு, கொதிக்கும் நீரில் போட்டு வெந்ததும் இறக்கி, வடிகட்டி வைக்கவும்.

கடலைப் பருப்பையும் அரிசியையும் இரண்டாம் பால் விட்டு, குழைவாக வேக வைத்து எடுக்கவும். பின் ஒரு அகலமான பாத்திரத்தில் வெல்லத்தைப் போட்டு மூழ்கும் வரை நீர் விட்டுச் சூடாக்கி பாகு காய்ச்சவும்.

இதில் வெந்த சாதம், பருப்புக் கலவை, சேமியா, முதல் தேங்காய்ப் பால் விட்டுக் கலக்கவும். சிறு தீயில் மூடி வைத்து, நீர் சுண்டும் வரை வைக்கவும்.

பின் மீதியிருக்கும் நெய்யில், முந்திரி, திராட்சையை வறுத்து, பொங்கலின் மீது நெய்யுடன் கொட்டி, சுக்குப் பொடி, ஏலக்காய்ப் பொடி சேர்த்துக் கலந்து, அடுப்பிலிருந்து இறக்கி, ருசிமிக்க 'சேமியாதால் பொங்கலை'ப் பரிமாறலாம்.

- கே. பாத்திமா

"குழந்தை மருமகள் அபூர்வா சாயலில்தான் இருக்கும்போல் தெரிகிறது'' இட்லி விள்ளலை மிளகாய்ப் பொடி குவியலில் தோய்த்தவண்ணம் மூர்த்தி தன் கருத்தை வெளியிட்டார். பார்வை மட்டும் மோட்டு வளையில் பதிந்திருந்தது.

முப்பது வருட தாம்பத்திய வாழ்க்கையில் அவரது குணாதிசயங்களை மனைவி பார்வதி நன்கு அறிந்தவள். நேருக்கு நேர் முகம் பார்த்து என்றும் அவர் பேசியதில்லை.

"பால் குடித்து சிறிது ஊறி வளர்ந்தால்தான் சரிவரச் சொல்ல முடியும்'' என்றபடி மேலும் இரண்டு இட்லிகளை அவர் தட்டில் வைத்தாள்.

பார்வதியின் குரலில் அதிக சுரத்தில்லையோ என்று மூர்த்திக்குத் தோன்றியது! தம்பதிகள் இருவரும் ஒரே மகன் ஜெயராமின் குழந்தையை மருத்துவமனை வரை சென்று பார்த்து விட்டுத் திரும்பியிருந்தனர். திருமணமாகி ஒரு வருடத்தில் பேரனும் பிறந்து விட்டான். இருந்தபோதிலும் பார்வதியிடம் அதிக முகமலர்ச்சியில்லை.

மனைவியின் ஆதங்கம் மூர்த்திக்குப் புரிந்த ஒன்றுதான். தன் பெற்றோர்களுக்கும் பார்வதி ஒரே குழந்தை. பேரன்கள் பிறந்தால் தனது தந்தையின் பெயரை குழந்தைக்கு வைக்க அவளுக்கு ஆசை. கணவர் தன் தந்தையின் பெயரையே முதலில் வைக்க விரும்புவார் என்பதும் அவளுக்குத் தெரிந்த ஒன்று. யார்தான் பெண் வீட்டு வழியை விரும்பி ஏற்றுக் கொண்டிருக்கிறார்கள்?

"பார்வதி! எனக்கு இரண்டு தம்பிகள் எப்

உனக்கும் இல்லை! எனக்கும் இல்லை!

படியும் இருக்கிறார்கள். அவர்களுக்குப் பேரனோ பேத்தியோ பிறந்தால் உன் மாமனார் அல்லது மாமியார் பெயரை வைத்துக் கொள்ளச் சொல் கிறேன். ஜெயராம் குழந்தைக்கு உன் தந்தையின் பெயரை வைத்து விடலாம்'' என்று மூர்த்தி சொன்னதும் குபீரென்று அவள் முகத்தில் பரவிய பிரகாசம் அவள் உள்மனது நெகிழ்ச்சியை சொல்லாமல் வெளிப்படுத்தியது.

அப்பொழுது வாசலில் படபடவென்று வந்து நின்ற ஸ்கூட்டர் அடங்கியது. மகன் ஜெயராம் மனைவி அபூர்வாவை மருத்துவமனையிலிருந்து விடுவித்து குழந்தையுடன் உள்ளூரிலேயே இருக் கும் அவள் பெற்றோர்கள் வீட்டில் விட்டு விட் டுத் திரும்பி விட்டான் என்பது அவர்களுக்குப் புரிந்தது.

உள்ளே நுழைந்தவன், "அவர்கள் வீட்டிலேயே சாப்பிட்டுவிட்டு வந்து விட்டேன்; காப்பி மட்டும் கொடுங்கள்'' என்று சொல்லிவிட்டு என்றுமில் லாத திருநாளாய் இன்று காலண்டர் பக்கம் விரைவதை மூர்த்தியும் பார்வதியும் அதிசயத்து டன் கவனித்தனர்.

தினசரி காலண்டரை எடுத்துக்கொண்டு வந்து தந்தையின் அருகில் அமர்ந்தவன் அத்தனை தாள்களையும் பரபரவென்று புரட்டிப் பார்த்து விட்டு, "அப்பா! வருகிற பத்தாம் தேதி தொட் டில் வைத்து குழந்தைக்குப் பெயர் வைக்க லாம் என்று மாமனார் வீட்டில் நினைக் கிறார்கள். அதற்குள் அபூர்வாவிற்கும் தலைக்குத் தண்ணீர் விட்டு விடுவார் களாம். நல்லவேளை ஞாயிற் றுக்கிழமையாக இருக் கிறது. நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்!'' என் றான்.

''சரி என்று சொல்லிவிடு'' என்ற மூர்த்திக்கு, தகப்பன் ஸ்தானத்தை அடைந்ததும் பிள்ளை பொறுப்பு டன் நடந்து கொள் வது பற்றி ஒரே பெருமிதம்.

காப்பியுடன் திரும்பிய பார்வதி ஏதோ சொல்ல முற்பட் டாலும் ஜெயராம் தானே மேலும் தொடர்ந்தான்.

''அம்மா நான் இளம்பும் தருவாயில் அவர்கள் வீட்டுக்கு ஜோதிடரும் வந்திருந்தார். குழந் தைக்கு பூரட்டாதி நட்சத்திரம் என்று குறிப்பிட்டார். நட்சத் திரத்தை வைத்துப் பார்க்கும் போது, 'த, தி' என்ற எழுத்துகளில் பெயர் தொடங்கினால் குழந் தைக்கு நல்லது என்று அறிவுரை செய்தார். 'தனுஷ், திவாகர்' என்ற பெயர்கள் எல்லோருக்கும் பிடித்தவை போல் இருந்தன. ஆனால் இந்த இரண்டில் எதை வைப்பது என்பதை உங்கள் பெற் றோர்களிடம் கேட்டுக் கொள் ளுங்கள் என்று மாமனார் வீட் டில் கண்டிப்பாகச் சொல்லி விட் டார்கள். நீங்கள் இருவரும் கூட எந்தத் தாத்தா பெயரை வைக்க லாம் என்பதில் குழம்பியிருந்தீர் கள். உங்களுக்கு இந்த இரண்டில் எது பிடிக்கிறது என்று சொன் னால் அதையே வைத்து விட லாம்.''

தலையை நிமிராமல் காலண் டர் பக்கங்களை மட்டும் பார்த் துக் கொண்டு பேசிய மகன் ஜெய ராம் திடீரென்று பெரியவனாகி விட்டது போல் பார்வதிக்கு ஒரு உணர்வு. மூர்த்திக்குத்தான் திகைப்பு. உதடுகள் படபடக்க ஆவேசத்துடன் எழ முற்பட்ட அவரது தோள்களைத் தொட்ட வண்ணம் அமர்த்திய பார்வதி, "ஜெயராம், இது உன் குழந்தை! இந்த இரண்டில் உனக்கு எது பிடிக்கிறதோ அதையே வைத்துக் கொள்'' என்றாள் மெல்லிய குரலில்.

தனக்கு எந்தப் பெயர் பிடிக் கும் என்பதை அறிந்து கொள்ள மாமனார் வீட்டுக்கு போன் செய்ய விரைந்தான் ஜெயராம்.

சீதாராம்



புத்தாண்டில் பெறுவோம் பிணியற்ற வாழ்வு!

செடியாய வல்வினை தீர்த்திடும் மருந்து
கொடியேந்திக் குவலயம் காத்திடும் மருந்து
நொடியிலே நோயகற்றும் அமுதமாம்
மருந்து
நீடுழி நலம் அருளும் தன்வந்திரியே மருந்து!

அமுதம் பெறப் பாற்கடலைத் தேவர்களும் அசுரர்களும் கடைந்தபோது எழுந்த தெய்வீக வைத்தியர் தன்வந்திரி. மகா விஷ்ணுவின் அம்சமாய் உதித்தவர். உலக மக்கள் நோயின்றி வாழ அமுத கலசத்தை ஒரு கரத்திலும், மறுகையில் சீந்தில் கொடி எனும் மூலிகையையும் ஏந்தி மாலவன் அம்சம் என்பதால் சங்கும் சக்கரமும் தாங்கி விளங்கும் எழில் கோலத்தினைக் காணக் கண்கள் ஆயிரம் வேண்டும். (ஸ்ரீரங்கத்தில் பெருமாள் கோவிலில் நின்றருளும் தன்வந்திரி பகவான் தன் இடப்புற கையில் அட்டைப் பூச்சியைத் தாங்கி அருள்பாலிக்கிறார்.)

தன்வந்திரிக்கு அற்புதமாக ஒரு கோயிலினை அரும்பாடுபட்டு வாலாஜாபேட்டையில் எழுப்பியுள்ளவர் முரளீதர சுவாமிகள். ஆறரை அடி உயரத்தில் கம்பீரமாக நிறுவப்பட்டுள்ள தெய்வீகச் சிலையின் அடியில் 108 நாடுகளைச் சேர்ந்த 46 லட்சம் மக்கள் 13 மொழிகளில் எழுதிய 45 கோடி மூலமந்திரங்களே யந்திரங்களாக விளங்குவது பெருஞ்சிறப்பு. தன்வந்திரி பகவானின் மூல மந்திரம் இதுவே :

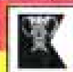
ஓம்நமோ பகவதே வாஸுதேவாய,
தன்வந்த்ரயே அம்ருதகலச ஹஸ்தாய,
ஸர்வ ஆமய விநாசநாய
த்ரைலோக்யநாதாய
ஸ்ரீ மஹா விஷ்ணவே நம :

தேவ வைத்தியர் தன்வந்திரியின் அருளால் உலக மக்கள் அனைவரும் நோயற்ற வாழ்வு பெற்று நலமே வாழவேண்டும் எனப் பிரார்த்திக்கிறோம்.

(ஸ்ரீ தன்வந்திரி ஆரோக்ய பீடம்,
தொலைபேசி : 04172-230274, 230033).



மெல்லிழைகளால்
பின்னிய ஆடைகள்.!
கல்யாண் சாரீஸின்
உள்ளம் மயங்கும்
புத்தாடைகள்..!



கல்யாண்
சாரீஸ்

— பட்டின் தலைநகரம் —

100 அடி ரோடு, கோவை. போன் : 2529993

குழப்பாத

1. கத்தரிக்காய்க் குழம்பு

சிறிய பிஞ்சுக் கத்தரிக்காய் - 10, பெரிய நெல்லிக்காய் அளவு புளி, பெரிய வெங்காயம் - 1, சிறிது பெருங்காயம், சிறிது வெந்தயம், சீரகம் - ¼ ஸ்பூன், கொத்துமல்லி - ½ ஸ்பூன், கடலைப் பருப்பு - ¾ ஸ்பூன், உளுத்தம் பருப்பு - ¾, தேங்காய் ¼ மூடி, வரமிளகாய் -6, உப்பு, வெல்லம் - 1 அச்சு.

முழு கத்தரிக்காயைக் காம்புப் பக்கத்தில் சிறிது விட்டு நாலாக முழுசாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். மேலே கூறியுள்ள பெருங்காயம் முதலிய யாவும் வறுத்து தண்ணீர் விட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும்.

பிரஷர் பேனில் எண்ணெய் 2 ஸ்பூன் ஊற்றி கடுகு, கறிவேப்பிலை போட்டு, நறுக்கிய வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கவும். அரைத்த விழுதையும் புளி தண்ணீரில் சிறிதும் போட்டு வதக்கி இவற்றைக் கத்தரிக்காயில் திணிக்கவும். மீதி விழுதில், மீதி புளித் தண்ணீர் ஊற்றிக் கலக்கி கத்தரிக்காய் மூழ்கும் வரை ஊற்றி உப்பு, வெல்லம் போட்டுக் கலக்கி மூடி வெயிட் போடவும். 5 நிமிடம் கழித்து இறக்கவும்.

2. இட்லிக்குப் போட்டுக் கொள்ளும் சாம்பார்

சிறிய வெங்காயம் - ½ தம்ளர், தேங்காய் - ¼ மூடியில் பாதி, பொட்டுக்கடலை - 1 டேபிள் ஸ்பூன், கொத்துமல்லி விதை - 1 டீஸ்பூன் இந்த மூன்றையும் அரைத்துக் கொள்ளவும்.

புளி பெரிய நெல்லிக்காய் அளவு ஊறவைத்து கரைத்துக் கொள்ளவும். உப்பு தேவையான அளவு சாம்பார் மிளகாய்த் தூள் - 1 ஸ்பூன், வெல்லம் ½ அச்சு, கடுகு, மிளகாய் நீளமாக அறுத்தது, கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி, துவரம் பருப்பு பச்சடி கரண்டி அளவு, தக்காளி.

காய்கறிகளுடன் (கேரட், முள்ளங்கி, முருங்கைக்காய், சௌசௌ...) பருப்பையும் வேகவைத்துக் கொள்ளவும். வேகவைத்த பருப்பு, காய்கறிகளுடன் புளித்தண்ணீர் ஊற்றி, தக்காளி நறுக்கிப் போட்டு, பச்சை மிளகாய் அறுத்துப் போட்டு உப்பு, வெல்லம் போட்டு, சாம்பார் மிளகாய்ப் பொடி போட்டுக் கொதித்தவுடன் அரைத்த விழுதைப் போட்டுக் கடுகு தாளித்து, கொத்துமல்லி கறிவேப்பிலை போட்டு நன்றாகக் கொதித்தவுடன் இறக்கவும்.

3. பாசிப்பருப்பு போட்டு செய்யும் குழம்பு

மணத்தக்காளி கீரைக்கட்டு அல்லது பீர்க்கங்காய் - 1, பாசிப் பருப்பு - 1 கைப்பிடி, தேங்காய்த் துருவல் - ¼ மூடி, பச்சரிசி மாவு - 1 ஸ்பூன், உப்பு, நெய் - ½ ஸ்பூன், உளுத்தம் பருப்பு - ½ ஸ்பூன், வரமிளகாய் - 1.

பீர்க்கங்காயைத் தோல் சீவி நறுக்கிக் கொள்ளவும். பாசிப் பருப்பை ஊறவைத்து, பாசிப் பருப்பையும், நறுக்கிய பீர்க்கங்காயையும் தண்ணீர் ஊற்றி உப்புப் போட்டு வேகவைக்கவும். நெய் ஊற்றி வரமிளகாய், உளுத்தம் பருப்பு, வறுத்து, பச்சரிசி, தேங்காய்த் துருவல் போட்டு அரைத்த விழுதை ஊற்றிக் கொதித்தவுடன் இறக்கவும்.

சமையல்



4. வெள்ளைப் பூண்டு, வெங்காய கெட்டிக் குழம்பு

வாணலியில் 50 கிராம் எண்ணெய் விட்டு, கடுகு தாளித்து 5 கிராம் சோம்பு போட்டு வெடித்தபின் கறிவேப்பிலை போடவும். அதனுடன் 200 கிராம் தக்காளியை சிறு துண்டுகள் செய்து போட்டு நன்கு வதக்கவும். பெருங்காயத்தை நீரில் கரைத்து விடவும். சிறிய வெங்காயத்தை இரண்டாக நறுக்கி வதக்கவும். பூண்டை நீளவாக்கில் நறுக்கி வதக்கவும். உப்புப் போடவும். தக்காளிக் குழம்பு பதத்தில் வர வேண்டும். மிளகாய்த் தூள் 20 கி, தனியாத் தூள் 20 கி, மஞ்சள் தூள் 5 கி போட்டு வேகவிடவும். 100 கி. புளியை சிறிது நீர் விட்டு கரைத்து ஊற்றவும். நன்றாகக் கொதித்தவுடன் இறக்கவும். கெட்டியாக இருந்தால் சிறிது நீர் விடலாம். ஒரு வாரம் நன்றாக இருக்கும்.

5. முருங்கைக்காய் எள்ளுப் பொடி போட்ட குழம்பு

முருங்கைக்காய் - 2, புளி - பெரிய நெல்லிக்காய் அளவு, உப்பு, வெல்லம் - 1 அச்சு, வரமிளகாய்

குழம்பு வகைகள்!

- 4, கடுகு, கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லித் தழை, எள்ளு - 1 பிடி, அரிசி மாவு - 1 ஸ்பூன், எண்ணெய்.

முருங்கைக்காயைத் தண்ணீர் ஊற்றி வேகவைக்கவும். அதில் புளித் தண்ணீர் கரைத்து ஊற்றி, உப்பு, வெல்லம் போட்டு, தனியாக ஒரு ஸ்பூன் எண்ணெயில், கடுகு, வரமிளகாய் தாளித்துக் கொட்டி, எள்ளு வறுத்துப் பொடி செய்து அதனுடன் அரிசி மாவைக் கலந்து குழம்பில் ஊற்றி, கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி தழை போட்டு நன்றாகக் கொதித்தவுடன் இறக்கவும்.

6. எல்லா காய்கறிகளையும் போட்டு செய்யும் குழம்பு

சிகப்பு பூசணிக்காய் - 1 கீற்று, சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு - 1, வாழைக்காய் பாதி, கொத்தவரங்காய் - 10, கீரை கொஞ்சம், எல்லாம் நறுக்கி வேகவைத்துக் கொள்ளவும்.

புளி பெரிய நெல்லிக்காய் அளவு, உப்பு 1 ஸ்பூன், ரசப்பொடி - 1 ஸ்பூன், வெல்லம் - 1 அச்சு, பெருங்காயம் சிறிது, கடுகு, கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லித் தழை, 1 டீஸ்பூன் அரிசி மாவு, தேங்காய் - ¼ மூடி.

தேங்காய்த் துருவல், அரிசி மாவைப் போட்டு மிக்ஸியில் அரைத்தெடுக்கவும். புளி நீரை அடுப்பில் வைத்து உப்பு, ரசப்பொடி, வெல்லம், பெருங்காயம்

போட்டு வேகவைத்த காய்கறிகளைப் போட்டுக் கொதிக்க வைக்கவும். கடுகு தாளித்து ஊற்றி, கறிவேப்பிலை, கொத்து மல்லி தழை போட்டு, தேங்காய்த் துருவல் அரைத்த விழுதைப் போட்டு ஒரு கொதி வந்தவுடன் இறக்கவும்.

7. சுரைக்காய் மொச்சை போட்ட குழம்பு

சொரக்காய் சிறியது - பாதி, மொச்சை - ¼ தம்ளர், புளி - நெல்லிக்காய் அளவு, உப்பு, ரசப்பொடி - 1 ஸ்பூன், வெல்லம் - 1 அச்சு, பெருங்காயம் - சிறிது, கடுகு, கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை, தேங்காய் - ¼ மூடி, அரிசி மாவு - 1 டீஸ்பூன்.

முதல் நாள் இரவே மொச்சையை ஊறவைத்து, மறுநாள் குக்கரில் நறுக்கிய சொரக்காய்த் துண்டுகளுடன், வேகவைத்துக் கொள்ளவும். புளியைக் கரைத்து ஊற்றி அதில் வெந்த காய்கறி, மொச்சையைப் போட்டு உப்பு, ரசப்பொடி, வெல்லம், பெருங்காயம் போட்டுக் கொதித்தவுடன் கடுகு தாளித்துக் கொட்டி, கொத்து மல்லி, கருவேப்பிலை போட்டு, அரைத்த தேங்காய், அரிசி மாவுத் துருவலைப் போட்டு நன்றாகக் கொதித்தவுடன் இறக்கவும்.

8. வாழைப்பூ அரைத்து செய்யும் குழம்பு

வாழைப்பூ சிறியது - 1, பாசிப் பயறு - ¼ தம்ளர், புளி - நெல்லிக்காய் அளவு, உப்பு, வெல்லம், பெருங்காயம், அரைக்க : வெந்தயம் - ¼ ஸ்பூன், உளுத்தம் பருப்பு - 1 ஸ்பூன், கடலைப் பருப்பு - 1 ஸ்பூன், தேங்காய் - ¼ மூடி, இவை யாவையும் வறுத்து மிக்ஸியில் தண்ணீர் ஊற்றி அரைத்துக்கொள்ள வேண்டும். முதல் நாள் இரவு பாசிப் பயிறை ஊறவைக்கவும். முதல் நாளே பாத்திரத்தில் தண்ணீர் ஊற்றி சிறிது தயிர் ஊற்றி வாழைப்பூவை சன்னமாக நறுக்கி அதில் போடவும். மறுநாள் வாழைப் பூவையும், பாசிப் பயிரையும் குக்கரில் 5 நிமிடம் வேகவைத்துக் கொள்ளவும்.

வெந்த பூவையும் பயிரையும், ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி, புளி கரைத்து ஊற்றி, உப்பு, வெல்லம் போட்டு அரைத்த விழுதைப் போட்டு நன்றாகக் கொதித்தவுடன் கடுகு தாளித்து ஊற்றிக் கொத்து மல்லித் தழை, கறிவேப்பிலை போட்டு இறக்கவும்.

9. கருவேப்பிலைக் குழம்பு

ஒரு பிடி கறிவேப்பிலை, 1 டீஸ்பூன் கடலைப் பருப்பு அல்லது பொட்டுக் கடலை, மிளகு - ½ டீஸ்பூன், வரமிளகாய் - 2, உளுத்தம் பருப்பு - 1 டீஸ்பூன், சீரகம் - ½ டீஸ்பூன்.

மேலே எழுதியவை யாவும் நல்லெண்ணெய் ஊற்றி வறுத்துக் கொள்ளவும். கறிவேப்பிலையை தனியாக வறுத்து மிக்ஸியில் நைஸாகப் பொடி செய்து கொள்ளவும். வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி, கடுகு தாளித்து, எலுமிச்சம் பழம் அளவு புளி கரைத்து ஊற்றி இந்தப் பொடியைப் போட்டு, உப்புப் போட்டுக் கொதிக்க விட்டு இறக்கும்போது ஒரு ஸ்பூன் நெய் ஊற்றி கலந்து இறக்கவும்.

- கி. சரோஜா

10. கேரளத்து ஓலன்

தேவையானவை :

பூசணிக்காய் - சிறிய துண்டு, சேப்பங்கிழங்கு - 7, பெரும்பயறு - 50 கிராம், கத்தரிக்காய் - 2, பச்சை மிளகாய் - 6, தேங்காய்ப் பால் - ¾ கப், தேங்காய் எண்ணெய் - 3 ஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு, கறிவேப்பிலை - சிறிது.

செய்முறை : பெரும்பயறை தனியாக வேகவைத்துக் கொள்ளவும். காய்கறிகளை பச்சை மிளகாய் சேர்த்துக் குழைவாக வேக வைக்கவும். இதனுடன் உப்பு வேக வைத்த பயறு சேர்த்துக் கொதிக்க வைக்கவும். கறிவேப்பிலைக் கொத்து மற்றும் தேங்காய் எண்ணெய் ஊற்றி, இறுதியாகத் தேங்காய்ப் பாலையும் சேர்த்து சூடாகப் பரிமாறவும். சாதத்தோடு சேர்த்துச் சாப்பிடும்போது மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

- காந்திமதி கிருஷ்ணன்.



• புருஷோத்தமன் தன் பேத்தியுடன்...

இயற்கை தரும் அருமருந்து!

நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்! எவ்வளவு உண்மையான வார்த்தைகள்! ஆனால் நோயில்லாமல் வாழ்நாள் முழுதும் இருந்து விட முடியுமா? முடியும். இருந்தனர்; ஆதிகாலத்தில்! மாசு மருவற்ற காற்று, தூய்மையான தண்ணீர், நேசமான மனிதர்கள், அப்படி வாழும் பொழுது பிணியா, பிதற்றலா எதுவுமே இருக்கவில்லைதான். இயற்கை இயற்கையாகவே இருந்தது.

இப்பொழுது? எங்கே இயற்கை என்று தேடுகிறோம். செயற்கைக் காற்று, செயற்கைத் தண்ணீர், வாழ்வே செயற்கையாகிப் போனது. நோய், நொடி வரும்பொழுது தான் மனிதனுக்கு இயற்கையின் மகத்துவம் புரிகிறது.

64 வயதான எஸ்.பி. நாயுடு என்றழைக்கப்படும் புருஷோத்தமனுக்கு சர்க்கரை வியாதியினால் இரு கண்களின் விழித்திரையும் பாதிக்கப்பட்டன. மருத்துவச் சிகிச்சை மேற்கொள்ளும் பொழுது அதிகப்படியான அதிநவீன லேசர் கதிர்வீச்சு ஒரு கண் பார்வையை முற்றிலும் பறித்துக்கொண்டு விட்டது. பதறிய அவர் அடுத்த கண் பார்வையைச் சிகிச்சை மேற்கொள்ளாமல் தக்கவைத்துக் கொண்டார்.

எதைத் தின்றால் பித்தம் தெளியும் என்பதை போல் யார் யார் என்னென்ன சிகிச்சை முறைகள் சொன்னார்களோ அதையெல்லாம் கடைபிடித்தார். ஆனால் இடதுகண்ணில் ஏற்பட்ட ரத்தக்கசிவு மட்டும் நிற்கவேயில்லை. இதனிடையில் வயதான ஆன்மிகவாதி ஒருவரின் அறிவுரைப்படி இயற்கை முறை சிகிச்சையை மேற்கொண்டார்.

ஆச்சர்யப்படும் வகையில் இவருடைய இடதுகண்ணின் சிறு ரத்தக் குழாய்களிலிருந்து கசிந்து வந்த ரத்தம் முழுவதுமாக நின்று விட்டது. நம்ப முடியாத இந்த அதிசயத்தை உண்டுபண்ணியது நேச்சுரோபதி வைத்தியம். புரிந்து கொண்டார் இயற்கையின் மகத்துவத்தை. தான் பயனடைந்ததோடு நின்றுவிடாமல் அனைவருக்கும் நன்மை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்று ஒருமுனைப்போடு செயலில் இறங்கினர்.

அப்போது தோன்றியது தான் 'அடையார் நேச்சர் க்யூர்' சென்டர். வைர வியாபாரியாய் ஜொலித்த புருஷோத்தமன் தான் சம்பாதித்த செல்வத்தை இயற்கை மருத்துவத்திற்குச் செலவழித்தார். தமது அறுபதாவது வயதில் மருத்துவ படிப்பை எடுத்துப் படித்து



பட்டம் வாங்கினார். மேலும் இதில் பல ஆராய்ச்சிகளை மேற்கொண்டு புதுப்புது யுக்திகளையும் கண்டுபிடித்து வருகிறார்.

பொதுவாக எந்த மருத்துவமனைக்குச் சென்றாலும் மருந்து வாடை அடிக்கும். ஆனால் இவரது கிளினிக்கில் மட்டும் விதி விலக்கு. அடையார் நேச்சர் க்யூரில் அடி யெடுத்து வைக்கும் போது ஹோமப் புகையின் வாசம்தான் நம்மை வரவேற்கிறது.

காரணம், தினமும் காலையில் குறைந்தது இரண்டு மணி நேரத்திற்கு புருஷோத்தமனால் க்ளினிக்கின் மேல் அறையில் மேற்கொள்ளப்படும் அக்னிஹோத்திரம் ஹோமம்தான். அந்த ஹோமப் புகையை ஒவ்வொரு நோயாளியின் அறைக்கும் கொண்டு செல்ல தனியாக ட்யூப் வைத்து கட்டியுள்ளார்.

இதைத் தவிர, இங்கு ஒவ்வொரு நோயாளிக்கும் தனி கவனம் செலுத்தப் படுகிறது. இங்கேயிருந்து தங்கி அவர்கள் சிகிச்சைகள் மேற்கொள்ள பல வசதிகள் செய்து தரப்பட்டுள்ளன.

உணவுப் பழக்கத்திலிருந்து அடிப் படையான காரணங்கள் அறியப்பட்டு சிகிச்சைகள் அளிக்கப்படுகின்றன. முக் கியமாக இங்கு ஆர்த்தரைடிஸ் எனப்படும் மூட்டுவலி பிரச்னைகள் அதிக அளவில் கவனிக்கப்படுகின்றன.

அனைத்து வகை ஆர்த்தரைட்டீஸ் களுக்கும் சிறப்பு மருத்துவர்களைக் கொண்டு சிறந்த முறையில் இயற்கையான வைத்தியம் செய்யப்படுகின்றது. மூலி கைக் குளியல், பத்தியச் சாப்பாடு, பிரமிட் சிகிச்சை போன்ற முறைகளில் நோய் குணப்படுத்தப்படுகிறது.

இதைத் தவிர பெண்களைத் தாக்கும் வெரிகோஸ் வெயின்ஸ், ஓப்சிட்டி, ஹண் டிங்டன் வியாதி இன்னும் பல நோய் களுக்குத் தீர்வு தரும் இடமாக விளங்கு கிறது இம் மையம்.

மொத்தத்தில் இயற்கையோடு இசைந்து வாழ்ந்தால் எந்தவித நோய், நொடியும் அண்டாது என்பதைத்தான் எடுத்துக்காட்டுகிறது அடையார் நேச்சர் க்யூர்! பிணியுடையவர்களின் துயர்போக் கும் ஆலமரமாகச் செயல்பட்டு வரும் இம் மையத்தின் தலைமையிடத்தில் இருக்கும் திரு. புருஷோத்தமன் இக்கற்றவர்களை வழிநடத்தும் ஓர் தெய்வமாகவே காட்சி யளிக்கிறார்.

- சுநயனா



A priceless asset with an everlasting value

Gem NIRMAALAYAM



DTCP Approval No. 262/2005

GEM Nirmaalayam has 97 Villas and 48 Apartments.

Our dream to create an ecological and environment-friendly self-contained gated community has been realized with the launch of **GEM Nirmaalayam**. Built on the concept of Group Housing with most modern infrastructure and world-class amenities, this high-end property offers unmatched lifestyle at an affordable cost.

GEM Nirmaalayam is spread over nearly 13 acres in the area of Ganapathy, within the Corporation Limits of Coimbatore. The ideal location has an easy access to Schools, Colleges, Hospitals, Bus Stand, Railway Station, Airport etc.

GEM Nirmaalayam offers a host of amenities that include

• Tree-lined avenues • Black topped roads • Street lights • Corporation water supply • Softened bore-well water by RO plant • Sewage Treatment Plant with recycling arrangements • Hydro-Pneumatic system for water supply • Rain water harvesting arrangement • Club House with Gymnasium, Multi-purpose hall, Card room, Pool Table, Library etc. • Children's Park • Basket ball & Volley ball courts • Flood-lit Tennis court with artificial turf • 24 X 7 security with compound wall for entire colony • Panoramic landscaping • Shopping Complex • Poly Clinic • UPS & Generator • Solar Water Heater • Best of specifications

Avail special offer from **HDFC** for Home Loans



C-601, Pioneer Apartments, 1075, Avinashi Road, Coimbatore - 641 018.
Ph : 91-422-2216867, 5572625. Fax : 91-422-2216867. Mobile : 098943-17841
www.covaiprop.com E-mail : covaiprop@vsnl.net

A spacious abode for gracious living

Madhuban

GRANDEUR IN SPACE



Madhuban is not just an apartment complex, but also the epitome of elegance, luxury and splendour. As the name connotes, living in **Madhuban** will be as sweet as honey. For, it offers a host of amenities that make this exclusive abode the most preferred address in town.

• Two and Three bedroom apartments (25Nos) • 'Open to Sky' Lobby • **28** Covered Car Park besides Visitors car park • Swimming Pool & Gymnasium • Air Conditioned Lounge & Children's Park • **24X7** Security with Intercom connection • Piped and Metered Central Gas Supply • Two automatic Lifts and Standby Generator • Hydro-Pneumatic System for supply of Corporation and Softened Borewell Water • Solar Water Heater • Fire hydrant system • Zero Water Wastage Concept

Our other Projects :



Comfort homes for people above 50 years

SANTHOSHAM

Retirement Homes

The second phase of SOUNDARYAM is growing at a faster pace.

RUSH TO BOOK YOUR SPACE

Projects planned and executed by:

Colonel A.Sridharan, VSM (Retd.),
Mobile : 098943 17841

Consulting Architect :
Ms. Mini M. Fowler

Our Chennai Representative :
Ms. Gita Ramesh,
Ph : 044 - 24463063

Our Muscat Representative :
Ms. Latha Natarajan,
Ph : 0096824485592

An Ex-Serviceman's Enterprise

Manipal/CPC/05

“இனிமேல் ஒன்னை ‘அப்பா’ன்னு கூப்பிடக் கூடாதாப்பா...” - பத்து வயது பாபுவின் கேள்வியில் ஏக்கம்... எதிர்பார்ப்பு... ஏமாற்றம்.

தலையை மழுங்க மொட்டையடித்துக் கொண்டு ஆற்றில் முழுக்குப் போட்டு விட்டு ஈர வேட்டியுடன் படியேறி வரும் சிவசங்கரன், மகனை ஒரு விநாடி பரிவுடன் பார்க்கிறார்... மறுகணமே மனத்தைப் பாறையாக்கிக் கொள்ளவேண்டிய நிர்ப்பந்தம்...

“புள்ளை கேக்கறதுக்குத்தான் பதில் சொல்ல முடியாது... இப்பவே நீ பாதி சந்நியாசி...! எனக்கு நின்னு பதில் சொல்லிட்டுப் போ ஐயா! ஒன்னைப் பெத்தவ நானாவது ஒன்னை ‘ஐயா... ராசா... எங் கண்ணு’ன்னு கூப்புடலாமா கூடாதா?”

“நினைச்சுக்கலாம்... ஆனா அப்படிக் கூப்பிடக் கூடாது. சொந்தங்களைத் துறப்பது மட்டும் சந்நியாசம் இல்லே. சொந்தங்களும் இந்தக் கட்டையைத் துறக்க வேண்டும். அதுதான் முழுமையான துறவு...” என்று துறவின் இலக்கணத்தை அழுத்தமாகக் கூறிவிட்டு உள்ளங்கையில் விபூதியைக் கொட்டிக் குழைத்து ‘ஓம் நம சிவாய, சிவாய நம’ என்று உச்சரித்தபடி நெற்றியில், புஜங்களில், மார்பில் பட்டை பட்டையாகத் தீற்றிக் கொள்கிறார்... கண்களை மூடித் தியானம் செய்கிறார்... மூடிய கண்களுக்குள்ளே மகனின் முகம் வந்து நிற்கிறது.

ஈரம் உலராத விபூதிப் பட்டை கிட்டத்தட்ட அவரின் பழுக்காத மனநிலையைப் பிரதிபலிக்கிறது... மகனின் கேள்வி காதுகளில் எதிரொலிக்கிறது.

‘எதிரே நிற்பவன் உன் மகன் அல்லன்... இன்னொரு ஜீவாத்மா... அவன் பக்குவப்படாதவன். கேட்கலாம்... நீ பழுத்து வருபவன்...



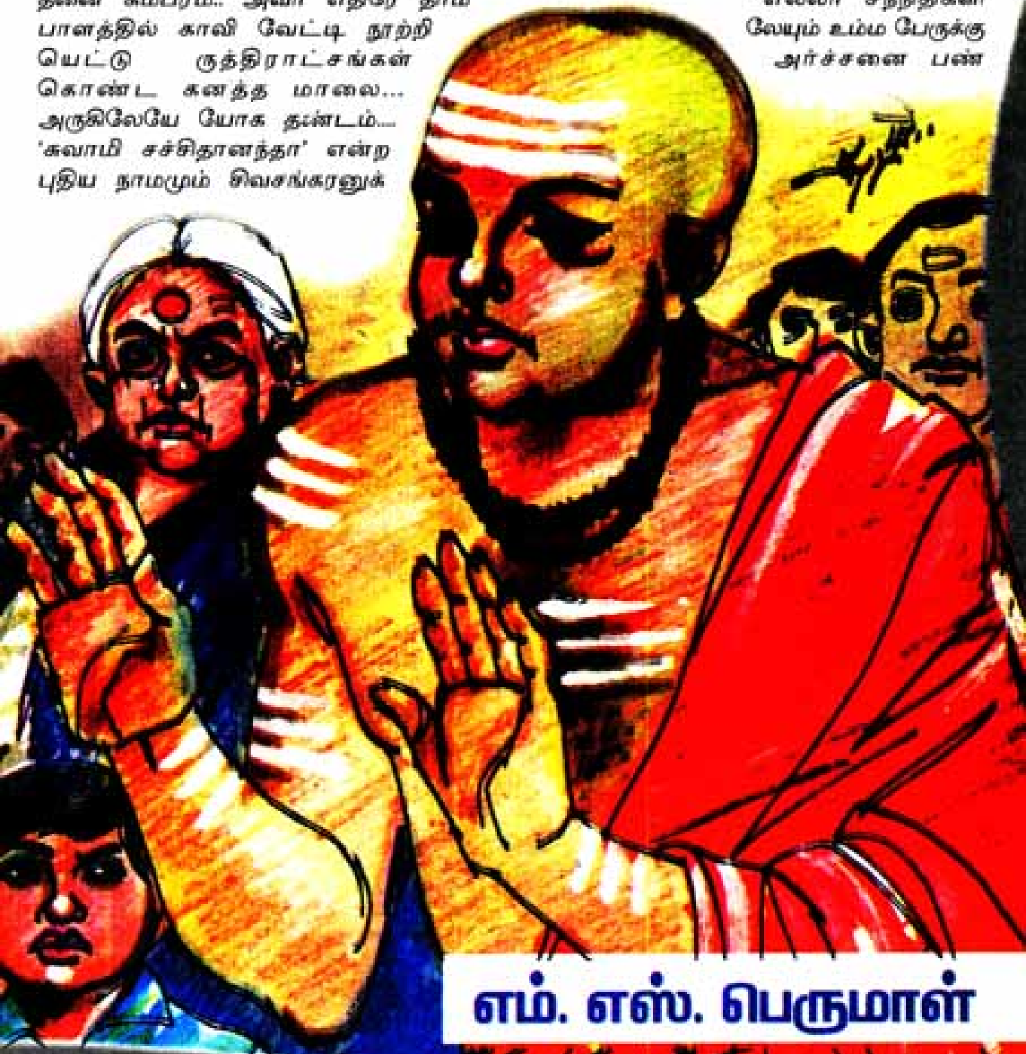
பதில் சொல்லக் கூடாது. மனத்தை ஒருநிலைப்படுத்து - உறவுகளை மற, உலகப் பந்தங்களை உதறு. இன்னும் சற்று நேரத்தில் உன் கோலம் மாறப் போகிறது. உன் பெயர் மாறப் போகிறது. விண்ணில் பறக்கத் தயாராக நிற்கும் ஏவுகணைக்கான 'கவுண்ட் டௌன்' போல உன் பந்தங்களிலிருந்து விடுபடுவதற்கான புனிதமான 'கவுண்ட் டௌன்' தொடங்கிவிட்டது.'

மண்டபத்தின் மையத்தில் பெரிய சுவாமிகள் உயர்ந்த பீடத்தில் அமர்ந்திருக்கிறார். கண்களில் எத்தனை தீட்சண்யம்.. 'ஓம் ஓம்' என்ற உச்சாடனத்தில் எத்தனை கம்பீரம்.. அவர் எதிரே தாம்பாளத்தில் காவி வேட்டி நார்றியெட்டு ருத்திராட்சங்கள் கொண்ட கனத்த மாலை... அருகிலேயே யோக தண்டம்... 'சுவாமி சச்சிதானந்தா' என்ற புதிய நாமமும் சிவசங்கரனுக்காக நிச்சயிக்கப்பட்டு விட்டது.

சிவசங்கரனின் நடையில் உறுதி. நாவில் நமசிவாய மந்திரம், ஈர வேட்டியின் ஜரிகைக் கரை கணுக்காலை அறுக்கிறது. அந்த வலி உடம்புக்குத்தான். உணர்வுகளைக் கடந்து இதயத்தை எட்டக்கூடாது. வலியைப் பொறுத்துக் கொள்பவன் குடும்பத் தலைவன். வலியையே உணராதவன் சந்நியாசி.

பெரிய சுவாமிகளின் பிரதம சீடர், சிவசங்கரனைக் கைதட்டி அழைக்கிறார். சிவசங்கரன் கை கட்டி வாய் பொத்தி உடலைக் குறுக்கி அவர் முன்வந்து நிற்கிறார்.

''எல்லா சந்நிதிகளிலேயும் உம்ம பேருக்கு அர்ச்சனை பண்



எம். எஸ். பெருமாள்

ணிட்டு.. அந்தப் பேர். அது தொடர்பான பந்தங்கள் எல்லாத்தையும் அந்தந்த சந்நிதிகளிலே கொஞ்சம் கொஞ்சமா உதறிட்டு நிஷ்களங்கமா சுவாமிகள் முன்னால வந்து நில்லும். ஒன்பது - பதினைஞ்சுக்கு ஓமக்கு சந்நியாசம் வழங்கப்படும்... சந்நியாசம்ங்கிறது வெறும் உடை மாற்றம் இல்லே. உணர்வுகளை அக்னியிலே எரிச்சுட்டு ஆத்மாவை ஸ்புடம் போடறது. புனிதமான கைங்கர்யம்.. முழுக்கப் பழுத்தவனா திரும்பி வரணும். போய் சந்நிதிகளை வலம்வந்து சேரும்!'' என்று உத்தரவிடுகிறார். அவர் குரலில் இருக்கும் சட்டாம்பிள்ளைத்தனம் சிவ



கோலங்களில், கலர்ப் பொடி தூவும் போது அந்த இடத்தில் இலேசான ஈரம் இருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் கலர்ப் பொடி நன்கு ஒட்டும். காய்ந்து விட்டால் இலேசாக நீர் தெளித்துக் கொள்ளுங்கள். - பி. ஜானகி.

சங்கரனுக்கு நெருடலாகத் தோன்றினாலும் இனிமேல் தன் கோபத்தைக் காட்ட முடியாது. ஆனால்.. அவர் தாய்க்குக் கோபம் வரலாமே!

''மதுரை வீர சாமி கணக்கா எம்புட்டு கம்பீரமா நிப்பான் என் மகன். ஊர்ல ஒரு பய அவன் முன்னால கைநீட்டிப் பேசுவாகளா.... இப்போ பண்டாரம் பரதேசியெல்லாம் அவனை ஏவுதாகளே...'' என்று பெற்றவள் புலம்புகிறாள். அவள் பேரனோ தந்தையின் தொலைந்து போன கம்பீரங்களை மனசுக்குள் ஓடவிட்டு இன்றைய பணிவுடன் ஒப்பிட்டுப் புழுங்குகிறான்.

பிள்ளையார் சந்நிதி -

அர்ச்சனைக்கான சங்கல்பம். தன் பெயர், நட்சத்திரம், ராசி, கோத்திரம் எதையும் சொல்லிப் புரியவைக்க வேண்டிய அவசியத்திலா சிவசங்கரன் வாழ்ந்திருக்கிறார். அவர் மூதாதையர் கட்டிய கோவில். மூன்று தலைமுறைகளாகத் தர்ம கர்த்தா அவர்கள்தான். தட்டில் விழுகிற தட்சணைகள் மட்டுமின்றி, குருக்கள் குடும்பத்து நல்லது கெட்டதுக்கெல்லாம் தவறாமல் படியளந்து வந்த தர்மப்பிரபு. எனவே சிவசங்கரனின் பெயர் முதலான விஷயங்கள் குருக்களுக்கு அத்துப்படி.

சுப்பிரமணியர் சந்நிதிக்கு வருவதற்குள் ஓரிருவருக்கு விஷயம் தெரிந்து விட்டிருந்தது. சிவசங்கரனைப் பார்த்துக் கும்பிடும் கைகளில் நடுக்கம். கண்களில் 'நம்ப முடியவில்லையே' என்ற தவிப்பு.

''இப்பம் என்னத்துக்கு காவி கட்டுதாக அண்ணாச்சி... தென்காசிலேர்ந்து செங்கோட்டை வரைக்கும் அவுக கழனி தான் - அவுக தோப்புத்தான். பட்டணத்துல மூணு தியேட்டர் கட்டிப் போட்டுருக்காக. பணத்தைக் கோணிச்சாக்குல தான் கட்டி நிறுக்காகளாம்.''

''பணம் இருந்திட்டா? நிம்மதியைக் காக கொடுத்தா வாங்குவாக...!''

''நிம்மதிக்கு என்ன குறைச்சல்... அக்கா தங்கச்சிகளைச் செயலான எடத்துல தானே கட்டிக் கொடுத்திருக்காக .. 'அதைக் கொண்டா இதைக் கொள்ளா டா'ன்னு விரட்டுத மாப்பிள்ளைகளா... எல்லாரும் தங்கம்'லா''' ஆற்றாமையுடன் இருவரின் உரையாடல்கள்.

சிவசங்கரன் அவற்றைக் காதில் வாங்கக் கூடாது என்று தீர்மானத்துடன் கோயில் மணியை ஓங்கி ஓங்கி ஒலிக்கச் செய்கிறார்.

''வீட்டுல அவுக சம்சாரம் சரியில்லையோ..''

''அந்த மதினியைக் குத்தம் சொன்னா அடுத்த வேளை சோறு கிடைக்காது. மகா பாவம்'' என்று கன்னத்தில் போட்டுக் கொள்கிறாள் ஒரு பெண்மணி. மனைவியின் உன்னதம் ஊராரால் உணரப்படுவது குறித்து சிவசங்கரன் முகத்தில் பெருமிதம்!



அம்பாள் சந்நிதி.

ஒவ்வொரு முறை கோவிலுக்கு வரும் போதும் பிரசாதமாகக் கொடுக்கப்படும் குங்குமத்தை அம்மன் முன்னிலையிலேயே கணவர் தன் நெற்றியில் இட்டு விட வேண்டும் என்பது தேவானையின் நிரந்தரப் பிரார்த்தனை. இந்தத் தடவை, சிவசங்கரனின் கைகளில் குங்குமப் பிரசாதம். நெஞ்சில் தேவானையின் நிலவு முகம்... ஆனால் நெற்றிக்கு இட்டுவிட முடியாது. கணவன் சந்நியாசம் மேற்கொள்ளும் காட்சியைக் காண அவள் இதயத்தில் வலு ஏது... வீட்டில் பூஜையறையிலேயே விழுந்து அரற்றிக் கொண்டிருக்கிறாள். சிவசங்கரன் நீண்ட பெருமூச்சு விடுகிறார்.

சுவாமி சந்நிதி -

அர்ச்சனை... ஆரத்தி எல்லாம் முடிந்து தாம்பாளம் நிறையப் பிரசாதங்கள். சுவாமிக்கு சாத்திய மாலை இவற்றுடன் குருக்கள் சிவசங்கரனின் நிஷ்டையைக் கலைக்கிறார்.

குருக்கள் பிரசாத மாலையை சிவசங்கரனுக்கு அணிவிக்கிறார். அவர் விரல்களில் தடுமாற்றம், குரலில் தழுதழுப்பு...

"இனிமேல் நான் இப்படி மாலை போட முடியாது. சுவாமிகளுக்கு பாத பூஜை மட்டுந்தான். அதுவும் பகவான் அனுக்கிரகம் எனக்கு இருந்தா..."

இரு கரங்களாலும் மாலையைப் பிடித்து சிவசங்கரன் ஏற்றுக் கொள்கிறார். குருக்களுக்கு கொடுப்பதற்கு பர்ஸும் பணமும் இல்லையே... வெறுங்கையாகவா அவரிடம் விடைபெறுவது என்று தலையைக் குனிந்து கொள்ளும்போது விரலில் கிடக்கும் மோதிரம் கண்ணில் படுகிறது. சட்டென்று கழற்றிக் குருக்களின் கையில் திணிக்கிறார். கல்யாண மோதிரம், எப்படியும் கழற்றத்தானே போகிறோம்... சந்நிதிக் கடன் தீர்ந்தது!

சுவாமி சந்நிதியை பிரகாரம் சுற்றி வந்து வெளியேறி சனீஸ்வரன் மண்டபத்துக்கு வருவதற்குள் உறவினர்கள், நண்பர்கள் கூட்டம் சிவசங்கரனைப் பின்தொடர்ந்து வருகிறது.

தெளிந்த முகம்... கனிந்த பார்வை... கள்ளமில்லாப் புன்னகை இவற்றுடன் மண்டபத்தை நெருங்குகிறார் சிவசங்கரன். காவி வேட்டி... ருத்ராட்ச மாலை... யோக தண்டம் அவரை வரவேற்கின்றன. மேலே நடக்க ஒட்டாமல் அவர் கால்களைக் கட்டிக்கொண்டு முகத்தைப் புதைத்து விசும்புகிறான் பாபு. 'இந்த ஒரு தளையிலிருந்து மட்டும் விடுபட்டாக வேண்டும். மனசே... அலையாதே. மனசே பொறுமை காட்டு... மனசே உறுதியாக இரு... சந்நியாசி பிறருக்குத்தான் கட்டளையிடக் கூடாது. தன்னைக் கட்டுக்குள் கொண்டு வர சில நேரங்களில் பிரார்த்தனை செய்யலாம். பெரும்பாலான நேரங்களில் மனசுக்கு ஆணையிடலாம்...!'

"ஆச்சி... அப்பா சாமியாரா போயி என்ன பண்ணுவாக..."

"ஊரு உலகம் நல்லா இருக்கணும்னு கோவில் கோவிலா போய்க் கும்புடுவாக. நாளைக்கு வேணும்னு சல்லிக்காசு சேர்த்து வைக்க மாட்டாக. சோறு... தூக்கம்... எல்லாம் நினைச்சப்பக் கூடாது. கிடைக்கறப்ப மட்டுந்தான்! கோவிலைத் துப்புரவு பண்ணுவாக... புல்லைச்

மொறு மொறு ஸ்நாக்ஸ்!

மீந்து போன சப்பாத்திகளை மாலை நேரத்தில் மொறு மொறு ஸ்நாக்ஸாக மாற்றி விடலாம். தோசைக்கல்லில் சிறிது எண்ணெய் தடவி விட்டு, சப்பாத்திகளை ஒவ்வொன்றாகப் போட்டு குறைந்த தீயில் தோசைத் திருப்பியால் சுற்றிச் சுற்றி அழுத்திக் கொண்டே வந்தால் சப்பாத்தி மொறுமொறுவென்றாகி விடும். மேலே தேவையான அளவு மிளகுப் பொடியைத் தூவி விட்டால் மாலை நேர டீயுடன் சாப்பிட ஜோடியான ஐட்டம் தயார். சப்பாத்திகள் பெரியதாக இருந்தால் ஒரு கத்தரிக்கோலால் நான்காக வெட்டிக் கொண்டு மேற்சொன்ன விதத்தில் ஸ்நாக்ஸ் தயாரிக்கலாம். - சத்யா கோவிந்தராஜன்.



செதுக்குவாக... பூத்தொடுத்து சாமிக்குப் போடுவாக... 'நான்... எங் குடும்பம்'ங்கிற பந்தத்தை உதறிட்டு, எல்லாரும் நல்லா இருக்கனும்னு பிரார்த்தனை பண்ணி கோவிலே கதின்னு கெடப்பாங்க..''

''இதுக்கு நம்ம அப்பா முன்னை மாதிரி வீட்டுலேர்ந்தே வேண்டிக்கக் கூடாதா... நம்மளை எல்லாம் விட்டுட் டுத்தான் வரணுமா..''

''அட கிறுக்குப் பயலே.... வெள்ளை வேட்டி... தங்கச் சங்கிலி... பொண்டாட்டி புள்ளைங்கிற வட்டத்தைத் தாண்டி வந்திரணுமாம். காவி உடுத்தி சாமியாரா ஆனாத்தானே சாமிக்கு ரொம்ப நெருங் குன தொண்டனா மாற முடியும்?''

பாபு சீற்றம் கொப்பளிக்கும் கண் களுடன் கோவில் சந்நிதிகளை ஏறிட்டுப் பார்க்கிறான்.

''சாமி ரொம்ப மோசம்... சுயநலம் புடிச்சது... சாமிக்குப் பட்டு வேட்டி... தங்க கிரீடம்... வைர நகைகள்... பக்கத்திலேயே அவர் பொண்டாட்டி, பட்டுப் புடைவை கல் அட்டியலோட... கோவில் காம்ப வுண்டுக்குள்ளேயே பெரிய புள்ளைக்கு... விநாயகருக்குத் தனி பங்களா... அடுத்த பங்களாவிலே இன்னொரு புள்ளை, ரெண்டு பொண்டாட்டியோட....! பத்தாத துக்கு, மணிகண்டன் சந்நிதி. சாமிகள் எல்லாரும் குடும்பத்தோட, சகல அலங்காரங்களோட, சகல வசதிகளோட இருப்பாங்க. இது எந்த வகையில் நியாயம் ஆச்சி... அப்பா! ஒனக்குக் காவி வேட்டி வேண்டாம்பா. ருத்ராட்சம் வேண் டாம்பா... அந்த சாமி மாதிரி... அவர் குடும்பம் மாதிரி நாமளும் அம்மா... அக்கா... ஆச்சி... மாமா... அத்தை எல் லாருமா இருந்திடலாம்பா...'' என்று மூர்க் கத்தனமாகக் கூறிவிட்டு காவி வேட்டி, ருத்ராட்ச மாலை, யோக தண்டம் அனைத் தையும் விசிறி எறிகிறான் பாபு.

கூட்டத்தில் சலசலப்பு.. பரபரப்பு... பாபுவை அடிக்கவும் கையை ஓங்கு கிறார் பிரதம சீடர்.

சிவசங்கரன் பதற்றத்துடன் கைகட்டி வாய் பொத்தி விம்மு கிறார்.

பெரிய சுவாமிகளின் மௌன னம் கலைகிறது.

''குழந்தையோட கேள்விக்கு என்னால பதில் சொல்ல முடி யலே! சிவசங்கரா... சந்நியா சம் வாங்கிக்கிறதுக்கு நீ பக்கு வப்பட்டுட்டியோ இல்லியோ... ஒனக்கு சந்நியாசம் வழங்கறதுக்கு நான் இன்னும் பக்குவப்படலே...'' என்று எழுந்து சிவசங்கரனை ஒரு கை உயர்த்தி ஆசீர்வதிக்கிறார். அவரையும் அறியாமல் இரு கரம் கூப்பி பாபுவை வணங்கிவிட்டு மௌன மாக மண்டபத்தை விட்டு வெளியேறு கிறார்.

சத்-சித்-ஆனந்தா சுவாமிகளாகப் புதிய அவதாரம் எடுக்காமல்... எடுக்க முடியா மல்... எடுக்க வேண்டிய அவசியமே இல் லாமல் தாயை ஒரு கையிலும் மகனை மறுகையிலுமாகப் பிடித்துக்கொண்டு கோவிலை விட்டுப் புறப்படுகிறார் சிவசங்கரன்.

''நம்ம வீட்டுக்குத்தானேப்பா...'' என்று கேட்டு உறுதிப்படுத்திக் கொள்கிறான் பாபு. போகுமிடம் பற்றிய கேள்வி அல்ல. அழைத்துப் போகிறவன் அப்பாதானே என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவே அந்தக் கேள்வி!



மாவு, ஊறுகாய்களுக்குத் தேதி எழுதி வையுங்கள்

மாவு (டிரை) நீங்கள் அரைத்து பாட்டிலில் போட்டிருந்தால், என்றைக்கு அரைத்தது என்று ஒரு சீட்டில் எழுதி அதன் மேல் ஒட்டி வைத்துக்கொண்டால், நாள் கெடாமல் அதை உபயோகித்துக் கொள்ள முடியும். ஊறுகாய் செய்து பாட்டிலில் போட்டு வைக்கும்போதும், சீட்டில் தேதி எழுதி வைத்து விடவும்.

- விஜயா ராகவன்


வணங்குவோம்!

நம் முன்னோர்கள் பூமித்தாயைத் தெய்வமாகத் தொழுது, பக்தி பரவசத்துடன் ஆராதித்து வந்தனர்.

அதர்வ வேதத்தில் வரும் சில ஸ்லோகங்களிலிருந்து, நம் பூமித் தாயின் அருமை, பெருமைகளை நாம் உணர வேண்டும்.

உலகில் எங்கும் சாந்தி நிலவ, நிலமகளை வணங்குவோம்.

அதர்வவேதம் (12,19)

1. சத்யம் ப்ருஹத்ருதமுக்ரம் தீக்ஷா
தபோ ப்ரஹ்ம யஞ்ய : ப்ருதிவீம்
தாரயந்தி
ஸா னோ பூதஸ்ய பவ்யஸ்ய பத்னீ
உரும் லோகம் ப்ருதிவீ ந
க்ருணோது ||

மேன்மையான சத்யம், வேதவாக்கு, சபதம், தியானம், ஆத்மஞானம், தியாகம் ஆகியவற்றினால்தான் இந்த உலகம் இயங்குகிறது. எங்களுடைய கடந்த காலத்திற்கும், பிற்காலத்திற்கும் தலைவியாகிய பூமித்தாயே, நீதான் எங்களுடைய எல்லா செயல்களையும் இந்த பரந்த உலகத்தில் நடத்திச் செல்ல அருள வேண்டும்.

2. யாம் ரக்ஷயந்த்யஸ்வப்னா
விஷ்வதானீம்
தேவா பூமிம் ப்ருதிவீமப்ரமாதம்
ஸா னோ மது ப்ரியம் துஹாம்
அதோ உக்ஷது வர்ச்சஸா ||

எந்த பரந்த பூமியை, தேவர்கள் உறக்கம் கொள்ளாமல் அக்கறையாக எப்பொழுதும் காத்து வருகிறார்களோ, அந்தத் தாய் நமக்கு எல்லாவிதமான இனிப்பும், அன்பும் கலந்த பொருட்களை ஈன்று, நம்மீது தண்ணொளியைத் தூவி ஜ்வலிக்கட்டும்.

3. பூம்யாம் தேவேப்யோ தததி யஞ்னம்
ஹவ்யமரம் க்ருதம்
பூம்யாம் மனுஷ்யா ஜீவந்தி
ஸ்வதயான்னேவ மாத்யா :
ஸா னோ பூமி : ப்ராணமாயுர்த தாது
ஜரதஷ்டிம் மா ப்ருதிவி க்ருணோது ||

இந்தப் பூமியின் மீதுதான் மானுடர்கள் தங்கள் காணிக்கைகளையும் வணக்கங்களையும், கடவுளுக்கு அர்ப்பணிக்கிறார்கள். இந்தப் பூமியின் மீதுதான் அவர்கள் உணவுண்டு, மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறார்கள். இத்தகைய இந்தப் பூமித்தாய் எனக்கு சக்தியும், ஆரோக்கியமான நீண்ட ஆயுளையும் அருளட்டும்.

4. நிதிம் பிப்ரதி பஹுதா குஹா வஸு
மணிம் ஹிரண்யம் ப்ருதிவீ ததாதுமே
வஸுனி னோ வஸுதா ராஸமானா
தேவி ததாது ஸுமனஸ்யமானா ||

இந்தப் பூமித்தாய் தன் மடியில் உள்ள அரிய பொக்கிஷங்களையும் பொன்னும் மணிகளையும் தன்னுடைய தயாள குணத்தினால் நமக்களித்து, நம்மீது தன் கருணை கடாக்ஷத்தைப் பொழியட்டும்.

5. ப்ருதிவீ சாந்திரந்தரிக்ஷம் சாந்தி :
த்யௌ சாந்தி : ஆப :
சாந்திரௌஷதய: சாந்தி :
வனஸ்பதய : சாந்தி : விஷ்வமே
தேவா : சாந்தி:
ஸர்வே மே தேவா : சாந்தி :
சாந்தி : சாந்தி : சாந்திபி : ||

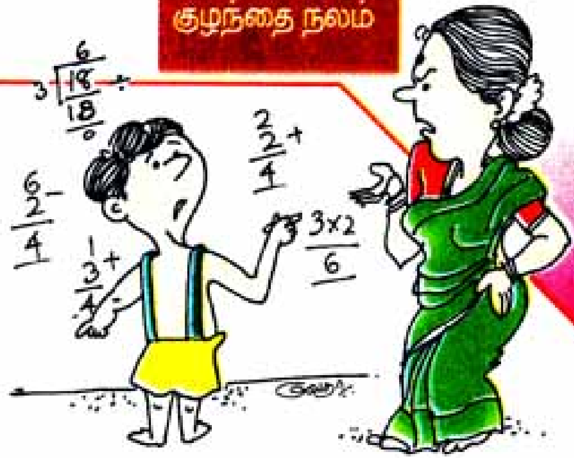
சாந்தி மயமான பூமி, சாந்தி நிலவும் சுற்றுச் சூழல், சாந்தியுடைய தேவலோகம், அமைதியான நீர், சாந்தமான தாவரங்கள், சாந்திமயமான மரங்கள், (சாந்தி எங்கும்) கடவுள் எனக்கு எங்கும் சாந்தியை அருளட்டும். இந்த அமைதியான எங்கும் நிலவும் சாந்தியை, நாமும் எல்லா இடத்திற்கும் எடுத்துச் செல்வோமாக.

6. தாபி : சாந்திபி : ஸர்வ சாந்திபி :
ஷமயாமோஹம் யதிஹ கோரம் யதிஹ
க்ரூரம்
யதிஹ பாபம் தச்சாந்தம் தச்சிவம்
ஸர்வமேவ ஷமஸ்து ந : ||

எங்கெங்கு தீவிரவாதம், கொடூரம், பாவம் முதலியவை இருக்கிறதோ அங்கெல்லாம் சாந்தியைப் பரப்பி, நமக்கு அமைதியையும் நிம்மதியையும் பரவசத்தையும் பயனையும் அளிக்க இந்தப் பூமித்தாய் அருளட்டும்!

ஆங்கில நூல் : **டாக்டர். வி. ராகவன்**

தமிழாக்கம் : **வசுமதி கிருஷ்ணஸ்வாமி.**



பல தாய்மார்கள் தங்களது பிள்ளைகள் கணிதப் பாடத்தில் மட்டும் மதிப்பெண்கள் குறைவாகப் பெறுகிறார்களே என்று கவலைப்படுவதுண்டு.

கணிதப் பாடம் கடினமல்ல!

உங்கள் குழந்தைகள் கணிதப் பாடத்தை கவன முடன் கற்க சில ஆலோசனைகள் :

1. எந்த விஷயத்தில் ஆர்வம் அதிகமோ அது மனத்தில் எளிதில் பதியும்.

எனவே பெற்றோர்கள், பிள்ளைகளிடம் 'கணக்கு கஷ்டம்' என்று கூறாமல், 'கணக்கு ரொம்ப நல்ல சப்ஜெக்ட், ரொம்ப எளிமையான சப்ஜெக்ட்' என அடிக்கடி கூறி, கணக்கில் ஆர்வத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

2. மீண்டும் மீண்டும் பார்க்கும் விஷயங்கள் மனத்தில் எளிதில் பதியும்.

எனவே கடினமான சூத்திரங்கள்; வாய்ப்பாடுகள் போன்றவற்றைப் பெரிய சார்ட்டில் பெரிய எழுத்துக்களில் எழுதி, பிள்ளைகளின் கண்ணில் படும் இடங்களில் மாட்டி வைத்து அடிக்கடி படிக்கச் சொல்ல வேண்டும்.

3. ஒரே விஷயத்தை அடிக்கடி காதில் கேட்டால் அது மனத்தில் எளிதில் பதியும்.

எனவே டேப்ரெக்கார்டர் உள்ள வீடுகளில், கடினமான விதிகள் மற்றும் சூத்திரங்களை கேசட்டில் பதிவு செய்து இரவு படுக்கும் போது டேப்பில் போட்டு கேட்கச் செய்ய வேண்டும்.

4. தினமும் பள்ளியில் கற்கும் கணக்குகளை அன்றே வீட்டில் மீண்டும் போடச் செய்தால் மனத்தில் எளிதில் பதியும்.







தாய்மார்களாகிய உங்களுக்கு அந்தக் கணக்குகள் தெரியா விட்டாலும் கூட, உங்கள் பிள்ளைகளை, பள்ளியில் போட்ட கணக்குகளையே மீண்டும் பார்த்துப் போடச் செய்யுங்கள். இதனால் பிள்ளைகளின் நினைவாற்றல் பெருக வாய்ப்புண்டு.

5. கவனமுடன் ஒருமுறை எழுதுவது என்பது 10 முறை படிப்பதற்குச் சமம் ஆகும்.

விடுமுறை நாட்களில் உங்கள் குழந்தைகள் எழுதும் போதோ, கணக்குப் போடும் போதோ, நீங்கள் டீ.வி. பார்ப்பதோ அல்லது ரேடியோவில் பாட்டு கேட்பதோ மிகப் பெரும் தவறு. "எழுதிக் கொண்டுதானே இருக்கிறான். அதனால்தான் நான் டீ.வி. பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன்" என்று பல தாய்மார்கள் கூறுவார்கள். இது தவறு.

எழுதும்போதோ அல்லது கணக்குப் போடும் போதோ அதே கவனத்துடன் செய்தால்தான் மனத்தில் பதியும். எனவே பிள்ளைகள் எழுதும் போது கூட எந்தவிதக் கவனச் சிதைவும் ஏற்படா வண்ணம் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டியது தாய்மார்களுடைய கடமையல்லவா?

6. கணக்கு கற்றல் என்பது கவனமுடன் எழுதிப் பழகுதல் ஆகும்.

சித்திரமும்
கைப்பழக்கம்
செந்தமிழும்
நாப்பழக்கம்
வைத்ததொரு கல்வி மனப் பழக்கம்

என்பது போல, கணக்கு கற்றல் என்பது கவனமுடன் எழுதும் பழக்கம் ஆகும்.

எனவே தேர்வு நேரங்களில் மற்ற பாடங்களைப் போல கணக்கை கண்ணால் படித்துக்கொண்டு செல்லாமல், கையால் பலமுறை போட்டுப் பார்த்துச் செல்ல வேண்டும்.

7. அக்கறையும் அரவணைப்பும் நினைவாற்றலை அதிகப்படுத்தும்.

பல தாய்மார்கள் தங்களுடைய பிள்ளைகள் படிக்கும்போது அருகில் அமர்ந்து கவனிப்பது இல்லை. "பையன் படிச்சிட்டிருக்கான், அதான் வந்தேன்" என்று அடுத்த வீட்டுப் பெண்களிடம் கூறிக் கொண்டு பேசிக் கொண்டிருத்தல், டீவி. பார்த்தல், கோயிலுக்குச் செல்லல், கடைக்குச் செல்லல் போன்ற வேலைகளைச் செய்து கொண்டிருப்பர். அவர்களிடம், "பையன் படிக்கும் போது தனியா விட்டுட்டு ஏன் வந்தாய்?" என்று கேட்டால், "எனக்கு இப்போதைய கணக்கெல்லாம் தெரியாது. நான் எதுக்கு அவன் பக்கத்தில் சும்மா உட்கார்ந்திருக்க வேண்டும்?" என்று கேட்பர்.

ஆனால், அந்தப் பாடங்களும், கணக்குகளும் உங்களுக்குப்



புரியாவிட்டாலும் கூட, நீங்கள் அருகில் அமர்ந்துகொண்டு அவன் படிப்பதையோ, கணக்குப் போடுவதையோ பார்த்துக்கொண்டு இருந்தாலே போதும். அந்த அக்கறையும் அரவணைப்பும் பிள்ளைகளுக்குத் தெம்பைத் தரும். படிக்க வேண்டும் என்ற ஆர்வத்தை அதிகப் படுத்தும். தாய் அருகில் இருப்பதால் அவர்களின் கவனச்சிதைவு தடுக்கப்படும்.

8. திட்டமிட்டுக் கற்றல் நினைவாற்றலை அதிகப்படுத்தும்.

நம் குழந்தைகளுக்காக நாம் திட்டமிட வேண்டும்.

நம் பிள்ளைகள் எந்தப் பாடத்தில் 'வீக்'காக உள்ளனரோ அந்தப் பாடத்திற்கு அதிக நேரத்தைக் கணக்கிட்டு அதற்கேற்ப தினசரி கால அட்டவணை தயார் செய்தல் நலம்.

அவர்கள் பள்ளி செல்லும் நேரங்களையும், வீட்டில் உள்ள நேரத்தையும் மனத்தில் கொண்டு ஒரு அட்டவணை தயார் செய்தல் வேண்டும்.

அந்த அட்டவணையில், விளையாட்டு, பொழுது போக்கு அம்சங்கள் ஆகியவற்றிற்கும் குறிப்பிட்ட நேரம் ஒதுக்க வேண்டும். அப்போதுதான் குழந்தைகளும் ஆர்வத்துடன் ஒத்துழைப்பு தருவர்.

காலத்துடன் திட்டமிட்டுச் செய்தல் என்ற நல்ல பண்பும் சிறு வயதிலிருந்தே பிள்ளைகளிடம் வளர வாய்ப்புண்டு.

9. பயமுறுத்தலும் ஒப்பிடலும் குழந்தைகளின் படிக்கும் திறனைக் குறைக்கும்.

"பக்கத்து வீட்டு மகேஷைப் பாரு. எப்போதும் கணக்கில் 100 மார்க் வாங்கறான்" என்று பிறருடன் நம் குழந்தையை ஒப்பிடக் கூடாது. அவ்வாறு ஒப்பிடுவது மிகத் தவறு.

பக்கத்து வீட்டு மகேஷின் குடும்பச் சூழல் வேறுவிதமாய் இருக்கலாம். அவனது பெற்றோர் அக்கறையுடன் கற்றுக் கொடுக்கும் அளவுக்கு அதிகம் படித்தவர்களாய் இருக்கலாம். எனவே அடுத்தவர்களுடன் நம் குழந்தையை எப்போதும் ஒப்பிட்டுக் கூறவே கூடாது.

"நீ படிக்காவிட்டால் தெருவில் குப்பை தான் எடுக்க வேண்டும்" என்றெல்லாம் சிலர் பயமுறுத்துவர். விளையாடுவதற்குக் கூட நேரம் ஒதுக்காமல் எப்போதும் பிள்ளைகளைப் "படி படி" எனக் கூறித் தொந்தரவு தருவர். இதுவும் தவறான செயல் ஆகும்.

ஆக மொத்தத்தில் தினமும் சற்று நேரமாவது பிள்ளைகள் படிக்கும்போது தாயார் உடன் இருத்தல் மிக அவசியம். அப்படிச் செய்தால் பிள்ளைகள் படிப்பதைச் சுமையாகக் கருதாமல் சுகமாகக் கருதுவர் அல்லவா?

மேற்கூறிய கருத்துக்களைப் பின்பற்றி நடந்தால் கணக்குப் பாடம் மட்டுமல்ல, எந்தப் பாடமும் கடினமல்ல.

- கலாவல்லி அருள்

BOLI அல்ல POLI

கர்நாடகாவில் போளி இல்லாமல் பண்டிகை இல்லை. கன்னடத்தில் போளிக்கு "ஹோளிகே" என்று பெயர். கன்னடத்தில் 'ஹ' வரும் இடங்களில் தமிழில் 'ப' (PA) வரும்.

கன்னடம்	தமிழ்
ஹாலு	பால் (PAAL)
ஹத்து	பத்து (PATTU) (10)
ஹாதி	பாதை (PAADAI)
ஹல்லு	பல்லு (PAALU)

அதே விதமாக 'ஹோளிகை' தமிழில் போளி (POLI) யாகிறது. இதை ஆங்கிலத்தில் எழுதும் போது POLI அல்லது POLY என்று எழுத வேண்டும். பல கடைகளில் (சென்னையில்) இதை ஆங்கிலத்தில் 'BOLI' என்று எழுதுகிறார்கள்.

'BOLI' என்றால் கன்னடத்தில் "விதவை" என்று அர்த்தமாகி விடும். இது விபரீத அர்த்தமல்லவா?

ஆகவே ஆங்கிலத்தில் எழுதும் போது POLI அல்லது POLY என்று எழுதுவதுதானே சரியானது. சுவையான தின்பண்டத்தை விதவையாக்கி விடாதீர்.

- பத்மா ஸ்ரீநிவாஸ்.

வீட்டிலிருந்தே

வளர்ந்து வரும் தொழில்நுட்பம், உலகமயமாக்கல் போன்ற கொள்கைகளால், வேலை வாய்ப்புக்கள் நாளுக்கு நாள் பெருகி வருகின்றன. வெளிநாட்டவர்கள், நம் இந்தியாவில் முதலீடு செய்து, தொடங்கும் பல்வேறு தொழில்கள், காலூன்றி நன்றாக வளர்ந்து வருவதோடு, பட்டதாரி இளைஞர்களுக்கும் பெண்களுக்கும், தகுதி, திறமை அடிப்படையில் வேலை கிடைத்து வருவது வரவேற்புக்குரியது.

அதே போல் உத்தியோகம் புருஷ இலட்சணம் என்பது போய், இப்போது உத்தியோகம் பெண்களின் இலட்சியமாக மாறி வருகிறது. கால் சென்டர், வரவேற்பாளர், மெடிக்கல் டிரான்ஸ்கிரிப்ஷன், மென்பொருள் பொறியாளர், விண்வெளித்துறை எனப் பல்வேறு துறைகளில் பெண்களின் திறமைகள் வெளிப்படுகின்றன. அப்படிப்பட்ட திறமையான ஒரு துறைதான் வெப் டிசைனிங்.

வெப் டிசைனில் பெண்கள் :

'வெப் டிசைன்' எனும் இத்துறை பெண்களுக்கு வீட்டிலிருந்தபடியே வேலை வாய்ப்பை அள்ளித் தரும் காமதேனுவாகச் செயல்படுகிறது. இத்துறையில் நிபுணத்துவம் பெற உங்களுக்கு வேண்டிய படிப்புத் தகுதி : அடிப்படை ஆங்கில அறிவு. மற்றும் 'வெப் பேஜ் டிசைனிங்' எனும் படிப்பு.

வெப்டிசைன் (வலைய வடிவமைப்பு) என்றால் என்ன?

எப்படி ஒரு புத்தகத்திற்கு பொருளடக்கப் பகுதி இருக்கிறதோ அதே போல் ஒவ்வொரு இணையதளத்துக்கும் முகப்பு அமைப்பு ஒன்று உண்டு. அதே போல் புத்தகத்தின் ஒவ்வொரு பக்கங்களும் லே-அவுட் என்கிற முறையில் வடிவமைத்து செய்யப்படுவதைப் போல் இணையதளங்களும் செய்யப்படுகின்றன. இதுபோல் தனிப்பட்ட கம்பெனிகள், ஒவ்வொரு நடிகர், நடிகைகளின் இணையதளங்கள், ஈ-பிஸினஸ் மூலம் தொழில் முனைவோர்களின் வெப்தளங்கள் என்று இணையதளங்களின் பட்டியல் எண்ணற்றவை.

இத்தகைய இணையதள வடிவமைப்பைதான் 'வெப் டிசைன்' என்கிறோம். இதனை வடிவமைக்கும் வடிவமைப்பாளர்களை 'வெப் டிசைனர்ஸ்' என்கிறோம்.

வெப் டிசைன் பற்றிய விழிப்புணர்வு :



• நன்கு தேர்ந்த வெப் டிசைன் படித்தவர்கள், தம் ஊரிலே பிரபலமான தொழில்நடத்துபவர்களை அணுகி, தான் வடிவமைத்த முன்மாதிரி டிசைன்களை காண்பித்து, அவர்களுக்கு விருப்பமான



சம்பாதிக்கலாம்!

கலரில், அவரவர்களுக்கு விருப்பமான எழுத்து வடிவத்தினை (ஃபாண்ட் ஸ்டைல்) தேர்வு செய்யலாம்.

முதலில் லே-அவுட்டினை (அப்ரூவல்) அனுமதி வாங்கிய பிறகு, Home, Profile, About Us, Contact us என வெப் வடிவ பக்கங்களை வாடிக்கையாளரின் விருப்பம் போல் வடிவமைக்கலாம்.

இன்டர்நெட் உலகம் :

அதி உன்னத அறிவியல் உலகத்தில், நலம் விசாரிக்கக் கூட நேரம் இல்லாத இக்காலத்தில் உலகத்தின் எந்த மூலையில், எது நடந்தாலும் உடனுக்குடன் செய்திகளை வழங்குவது இணையதளம்!

இன்றைய பெருவாரியான தொழில்கள் (இன்டர்நெட்) இணையதளம் வாயிலாகத்தான் நடைபெறுகின்றன!

வாடிக்கையாளர்களைக் கண்டறிதல் :

• அருகாமையில் உள்ள பெண்கள் அழகு நிலையங்கள்
• சிலர் வீட்டில் இருந்தபடியே நடத்தி வரும் தையல் வகுப்புகள்
• ஊடகங்களின் வாயிலாக, வித்தியாசமான உணவு வகைகளை அறிமுகம் செய்ய நினைக்கும் சமையல் கலைஞர்கள்
• கணிசமான வருமானத்தைத் தந்து கொண்டிருக்கும் ஏற்றுமதி ஆடையகம், உணவகங்கள், துணிக்கடைகள் இவ்வாறு, பல்வேறு தர மக்களிடம் இன்டர்நெட் உலகம் பற்றி விளக்கி, தங்கள் வியாபாரத்தைப் பெருக்கிக்கொள்ள இது நல்ல வாய்ப்பு. (ஒருமுறை ஒரு நண்பர் வாயிலாக கேட்க நேரிட்ட ஒரு விஷயம் : அமெரிக்காவிலிருந்து கொடைக்கானலில் உள்ள ஹோட்டல்களின் விவரங்களை இணையதளத்தில் சேர்க்க முற்பட்ட போது ஒரே ஒரு ஹோட்டலின் முகவரிதான் இருந்ததாம். இங்கு கொடைக்கானல் வந்தபோது அந்த ஹோட்டல்தான் இருப்பதிலேயே மட்டமான ஹோட்டலாக இருந்ததாம்! நம்மூரில் நிறையப் பேருக்கு இன்டர்நெட் எனும் மாபெரும் பொக்கிஷத்தை முழு



பஞ்சாமிர்தம்



மானஸா கணேஷ் - 1¼ வயது, ராஜி கணேஷ் - 28 வயது, சவிதா வெங்கட்ராமன் - 55 வயது, சிவகாமசுந்தரி ஸ்ரீனிவாசன் - 79 வயது பார்வதி குப்புஸ்வாமி அம்மாள் - 100 வயது

தும் பயன்படுத்தத் தெரியவில்லை அல்லது அதைப் பற்றி அறிந்திருக்கவே இல்லை என்பதுதான் நடைமுறை உண்மை.)

அதே போல் வீட்டிலிருந்தே சேலை விற்பனை செய்பவர்கள், வீட்டிலிருந்தே மெடிக்கல் டிரான்ஸ்கிரிப்ஷன் நடத்துபவர்கள் மகளிர் சுய உதவிக் குழு மூலம் தொழில் தொடங்கியவர்கள் தம் தொழில் வளர்ச்சிக்கு உறுதுணையாக 'வெப் டிசைன்' மூலமாக இன்டர்நெட்டில் விளம்பரம் செய்ய முடியும்.

குறைந்த மூலதனம், அதிவேக மூளைத்திறன்

இன்டர்நெட் வசதியுடன், வெப டிசைன் மென்பொருள்கள் அடங்கிய (சாஃப்ட்வேர் டூல்ஸ் - ஹெச்.டி. எம்.எல்.ஃபார்மட், ஃப்ரண்ட் பேஜ், ட்ரீம வீவர், ஃப்ளாஷ்) ஒரு கம்ப்யூட்டர் மட்டுமே 'வெப்டிசைன்' தொழில் தொடங்க போதுமான மூலதனம்.

• குறித்த நேரத்தில், வாங்கிய வெப் டிசைன் ஆர்டர்களை செய்து முடிப்பது, வாடிக்கையாளர்களை மனநிறைவு செய்வதுடன் செவிவழி மூலமாகவே, ஒருவர் மூலமாக இன்னொருவருக்கு வெப் டிசைன் பற்றிய விழிப்புணர்வு ஏற்பட வாய்ப்பு உள்ளது.

• இதன் வாயிலாக, பல வெப் டிசைன் ஆர்டர்கள் பல்கிப் பெருகும். அதனைச் சிறப்பாகச் செய்து முடிக்க, 'வெப் டிசைனில்' தேர்ந்த பெண்களுக்கு வேலை வாய்ப்பு கிடைக்க வழிவகை செய்யலாம்.

உங்களுக்கு வழிகாட்ட நம்பத்தகுந்த வெப்தள முகவரிகள் சில :

i) www.pppindia.com

II) www.maptechindia.com போன்ற நம்பத் தகுந்த, நன்கு வழிநடத்தக்கூடிய உலகத்தின் எந்த மூலையிலிருந்தும், 'வெப்டிசைன்' செய்து, அதனை விற்பனை செய்வதற்கு, இவை போன்ற வெப்தள முகவரியை நாடினால் உங்கள் வெப் டிசைனை சிறந்த முறையில் செய்து பயன் அடையலாம்.

- லக்ஷ்மி க்ருபா

விழா மங்கை

எனக்கும் மலருக்கும் உள்ள உறவு பற்றி.. 'பழக.. கண்ணா.. பழக' ரொம்ப ரொம்பப் பழக!"

க.மு. (கல்கிக்கு முன்) மலரிலிருந்து பெற்ற பரிசுகள் தொடங்கி, இன்றளவும் தொடரும், தொடரப் போகும் உறவு!

சிறுகதைப் போட்டி, இல்லத்தரசி, மற்றும் கட்டுரைப் போட்டிகளிலும் பல பரிசுகள் அளித்து ஊக்கமளித்த 'மங்கையர் மலர்' என்னைப் பொறுத்தவரை பத்திரிகை அல்ல; உயிர்த் தோழி!

1982- பிப்ரவரி - டயாபடீஸுக்கு நாவல் பழம்
மாவடு பூசாணம் தவிர்க்க
தசாவதார பக்ஷணங்கள்

1982 - மார்ச் - இல்லத்தரசிப் போட்டி - ராகி வெஜிடபிள் ஸ்டிரைப்ஸ்

1983 - ஜனவரி - டிப்ஸ் - ஜலதோஷத்திற்கு.

1983 - ஏப்ரல் _ விடுமுறைக்கு வெளியூர் செல்கிறீர்களா?

1983 - ஜூன் - கொள்ளிக் கரப்பானுக்கு
துணி துவைக்க - டிப்ஸ்
பொடுகு நீங்க - டிப்ஸ்

1984 - பிப்ரவரி - வாழ்க்கையில் நான் தந்த பாடம் - கட்டுரைப் போட்டி
முதல் பரிசு ரூ. 900 மதிப்புள்ள ராசிப் பட்டுப் புடவை

1989 - ஜூலை - இன்னொரு பக்கத்தையும் பார்க்கலாமா?
பெண்கள் சொத்துரிமையின் மறுபக்கம் (கட்டுரை)

1989- நவம்பர் - "நாளை" சிறுகதை

1990 - ஜனவரி - அட்டைப் பெட்டியில் அலமாரி (கைவினைப் பொருள்)

1990 - பிப்ரவரி இணைப்பு - பிளாக் டாஃபி - மினி கட்டுரை

1994 - ஜூன் - எந்த மூலிகையை சீயக்காய்ப் பொடியில் சேர்ப்பது சிறப்பு?

1994 - ஆகஸ்ட் - ஒரு காக மாலையின் தபஸ் (ஆறுதல் பரிசு, தங்க கம்மல்) (மங்கையர் மலர் பாஹிமாஸ் ஜூவெல்லரி சிறுகதைப் போட்டி)

1995 - ஏப்ரல் - பல நோக்கு பாயசப் பொடி

1997 - பிப்ரவரி - ரங்கோலி

1998 - ஏப்ரல் - வடகம் துணுக்குகள்

1999 - டிசம்பர் - இல்லத்தரசி முதல் பரிசு - ஃபைபர் டோக்ளா

2000 - பிப்ரவரி - பருப்பில்லாத உசிலி

2000 - மார்ச் - இப்படியும் வால்ஹாங்கர்!

2001 - செப்டெம்பர் - பாஷை தெரியாத ஊரில் பட்ட கஷ்டங்கள்

2001 - டிசம்பர் - கிளிக்கு ஒரு வழி

2003 - ஜனவரி - வண்ணக் கோலம் போடலாம்

2003 - ஆகஸ்ட் - உப்புத் தக்காளி

2003 - அக்டோபர் - மெதுவடை கொடுங்கள்; பாராட்டுப் பெறுங்கள்!

2005 - ஜூலை - பல்லாங்குழியில் சீதாப்பாண்டி

- எஸ். பட்டம்மா





ஜனவரி 2006

இந்த மாதம் எப்படி?

ராகு	செவ்வாய்		
	1.1.2006 அன்று உள்ள கிரக நிலவரம் (வாக்கியப் பஞ்சாங்கப்படி) இம்மாத கிரக மாற்றங்கள் 13.1.2006 - மகர - புதன் 14.1.2006 - மகர - சூரியன் 22.1.2006 - தனுர் - சுக்ரன் (வ) 31.1.2006 - ரிஷப - செவ்வாய் 31.1.2006 - கும்ப - புதன்		சனி
சுக்			
புதன் சந்திரன் சூரியன்		குரு	கேது

(பார்த்திப வருஷம் மார்கழி மாதம் 17 முதல் தை 18 வரை)

மேஷ ராசி :



அஸ்வினி, பரணி, கிருத்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

தொட்டது துலங்கும் அருமையான நேரம் நடைபெறுகிறது. கலைத் துறையினருக்கு அற்புதமான வாய்ப்புகள் கிடைக்கும். தொழில் முன்னேற்றம் மிகச் சிறப்பாக விளங்கும். திருமண வயதில் உள்ளவர்களுக்கு மணமேடை தயாராகும்.

சமூக அந்தஸ்து உயரும். அரசு ஊழியர்கள் அதிக நன்மை பெறுவர். தனியார் நிறுவனங்களில் பணிபுரிபவர்கள் பதவி உயர்வு பெறுவர்.

குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக விளங்கும். பிள்ளைகளின் முன்னேற்றம் சிறப்பாக இருக்கும். பூர்வீகச் சொத்து இருந்தால் இப்பொழுது கைக்கு வந்து சேரும். அயல் நாட்டுப் பயணம் திட்டமிட்டபடி நடைபெறும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : *24ம் தேதி காலை 9.14 முதல் 26ம் தேதி மதியம் 2.54 வரை.*

பரிகாரம் : *ஸ்ரீ லக்ஷ்மி நரசிம்மப் பெருமாளை வழிபடவும். முடிந்தால் கராவலம்ப ஸ்தோத்திரம் படித்து வரவும்.*



ரிஷப ராசி :

கிருத்திகை 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

பல பாக்யங்களைப் பெறுவீர்கள். பாக்யாஸ்தானத்தில் உள்ள ராசி அதிபதி சுக்ரன் நலம் பல நல்கும். வாழ்க்கைத் தரம் உயரும். பொருள் வரவு அதிகரிக்கும். குடும்பம் மகிழ்ச்சி வெள்ளத்தில் திளைக்கும். பிள்ளைகளின் கல்வி, அவர்களின் திருமணம், தொழில் போன்றவை நல்ல செய்திகளைக் கொண்டு வந்து சேர்க்கும்.

தொழில் சிறப்பாக நடைபெறும். உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்கள் உற்சாகமாக தங்கள் கடமைகளை ஆற்றுவர். அலுவலகத்தில் உங்களுக்கு இடையூறு செய்தவர்கள் விலகி விடுவர்.

நிதி நிலவரத்தில் கணிசமான முன்னேற்றம் ஏற்படும். எனினும் சொந்த வீடு வாங்கும் முயற்சி சிறிது தாமதப்படும். தந்தையின் உடல்நலனில் அதிக அக்கறை செலுத்தவும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : *டிசம்பர் 30ம் தேதி காலை 6.55 முதல் ஜனவரி முதல் தேதி காலை 10.28 வரையிலும், மீண்டும் 26ம்*



ஹரிகேசநல்லூர் வெங்கட்ராமன்

தேதி பிற்பகல் 2.54 முதல் 28ம் தேதி மாலை 6.39 வரை.

பரிகாரம் : ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் சூரிய வழிபாடு செய்து வரவும். 14ம் தேதி முதல் சனி, சூரியன் பார்வை ஏற்படுவதால் சிவ வழிபாடு செய்வது அவசியம்.

மிதுன ராசி :



மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3 ஆம் பாதங்கள்.

உடலில் உள்ள குறைபாடுகள் அனைத்தும் நீங்கி நல்ல ஆரோக்கியம் அடைவீர்கள். தொழில் சிறப்பாக நடைபெறும். உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்குச் சற்று கடினமான பொறுப்புகள் வழங்கப்படும். வேலைப் பளு அதிகரிக்கும். உங்கள் திறமை முழுமையாக வெளிப்படும்.

பண வரவு உயர்ந்துகொண்டே போகும். குடும்ப நலன் கருதி சில பெரிய செலவுகளைச் செய்ய நேரிடும்.

கணவன் - மனைவி உறவு மகிழ்ச்சியாகத் திகழும். கலைத்துறையினர் புதிய வாய்ப்புகள் பெறுவார்கள். அரசு ஊழியர்களுக்கு மாத முற்பகுதியில் அதிக நன்மைகள் நடைபெறும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 1ம் தேதி காலை 10.28 முதல் 3ம் தேதி பகல் 1.01 வரையிலும் மீண்டும் 28ம் தேதி மாலை 6.39 முதல் 30ம் தேதி இரவு 9.17 வரை.



+ அரிசி ரவை பாயாஸம் செய்யும்போது, சாதா அரிசி ரவைக்குப் பதிலாக, பாஸ்மதி அரிசியை ரவையாகப் பொடித்து, பாயாஸம் செய்தால், கமகமவென மணமுடன் சுவையும் கூடுதலாகி நன்றாக இருக்கும்.

- *தஸ்மிலா அஸ்கர்*

பரிகாரம் : ஒருசில கிரகங்களே சாதகமான நிலையில் உள்ளதால் நவக்கிரக வழிபாடு செய்து வரவும். ஞாயிற்றுக் கிழமை சனிக்கிழமை ஆகிய நாட்களில் நல்லெண்ணெய் தீபம் ஏற்றி நவக்கிரகங்களை 9 முறை வலம் வரவும். (ஆலயங்களில் அப்ரதக்ஷிணம் செய்யும் வழக்கம் அண்மைக் காலத்தில் அதிகரித்து வருகிறது. இது முற்றிலும் தவறு. தவிர்க்கப்பட வேண்டிய ஒன்று.)

கடக ராசி :



புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

தொழில் நன்றாக முன்னேறும். வியாபாரிகள் அதிக லாபம் பெறுவர். பூமி தொடர்பான தொழிலில் உள்ளவர்களும் மருத்துவர்களும் அதிக மேன்மையடைவர். பொருளாதார நிலை திருப்திகரமாக விளங்கும். சொந்த வீடு வாங்குவதற்கு இதுவே உகந்த காலம்.

ஜென்ம சனியால் உடல் ஆரோக்கியம் சிறிது பாதிக்கப்படும் வாய்ப்பு உள்ளது. மற்ற விஷயங்களில் தீமைகள் விளையாது. குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக விளங்கும். பிள்ளைகள் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும்.

வெளியூர் அல்லது வெளிநாடு சென்று தொழில் செய்ய வேண்டிய நிலை சிலருக்கு உருவாகும். பிரயாணங்களின் போது உடமைகளைப் பத்திரமாகப் பாதுகாத்துக் கொள்ளவும். வழக்குகள், சர்ச்சைகள் ஏதேனும் வந்தால் அவற்றிலிருந்து விலகி இருப்பது நலம்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 3ம் தேதி பகல் 1.01 முதல் 5ம் தேதி பிற்பகல் 3.25 வரையிலும், மீண்டும் 30ம் தேதி இரவு 9.17 முதல் பிப்ரவரி 1ம் தேதி இரவு 11.37 வரை.

பரிகாரம் : பிரதோஷ வழிபாடு செய்து வரவும். திங்கட்கிழமைகளில் சிவ தரிசனம் செய்யவும். சக்திக்கு ஏற்ப, சிவன் கோவிலுக்கு நல்லெண்ணெய் நன்கொடை வழங்கவும்.

சிம்ம ராசி :



மகம், பூரம், உத்திரம் 1-ஆம் பாதம்.

பெரும்பாலான கிரகங்கள்



காஷ்மீரில், 'கிச்சடி அமாவாசை' என்ற பெயரில் மக்கள் பொங்கல் திருநாளைக் கொண்டாடுகிறார்கள். அன்று அரிசி, பருப்பு, நெய், காய்கள் கலந்து 'கிச்சடி' என்ற ருசிமிக்க உணவைத் தயாரித்து விருந்தளிப்பார்கள்.

- கே. ராஜலக்ஷ்மி.

நல்ல நிலையில் உள்ளதால் நன்மைகள் அதிகமாக நடைபெறும். மாத பிற்பகுதியைக் காட்டிலும் முற்பகுதியில் தொழில் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். வியாபாரிகள் மா தனம் பெறுவர்.

வங்கிப் பணியாளர்களும் அரசு ஊழியர்களும் பதவி உயர்வு பெறும் வாய்ப்பு மிகப் பிரகாசமாகக் காணப்படுகிறது. கல்வித் துறை சார்ந்தவர்கள் புகழ் பெறுவர். நீதித் துறையினருக்குத் தொழில் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும்.

குடும்ப வாழ்க்கை மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். பிள்ளைகளின் முன்னேற்றம் மனத்துக்கு நிம்மதி அளிக்கும். திருமணத் தடை விலகும். பண விஷயத்தில் அதிக முன்னெச்சரிக்கையுடன் இருக்கவும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : *5ம் தேதி பிற்பகல் 3.25 முதல் 7ம் தேதி மாலை 6.35 வரை.*

பரிகாரம் : *ஸ்ரீ லக்ஷ்மி தேவியை வெள்ளிக் கிழமைகளில் காலை 6 மணி முதல் 7 மணிக்குள் அல்லது இரவு 8 மணி முதல் 9 மணி வரை சுக்ர ஹோரையில் வழிபடவும்.*

கன்னி ராசி :



உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

பல வழிகளில் பணம் வந்து சேரும். பொருளாதார ரீதியான பிரச்னைகள் அனைத்தும் தீர்ந்து விடும். மணநாள் நிச்சயிக்கப்படும். மணமானவர்கள் இல்லறத்தை இனிது நடத்துவர். புத்திரப்பேறு உருவாகும்.

தொழில் மிகச் சிறப்பாக முன்னேறும். பேச்சைத் தொழிலாகக் கொண்டவர்கள் அரிய சாதனைகள் புரிவர். அரசியல்வாதிகளின் நாற்காலிக் கனவுகள் நனவாகும். அரசு ஊழியர்களுக்கு எதிர்பாராத விதமாகத் திடீர்ப் பதவி உயர்வு கிடைக்கும். அலுவலகத்தில் செல்வாக்கு உயரும். அயல்நாட்டுத் தொடர்பு வலுப்பெறும். ஏற்றுமதியாளர்கள் ஏற்றம் பெறுவர்.

பங்குச் சந்தை பலன் அளிக்கும். பழைய முதலீடுகள் முதிர்வடைந்து கைக்கு வரும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 7ம் தேதி மாலை 6.35 முதல் 9ம் தேதி இரவு 11.19 வரை.

பரிகாரம் : குலதெய்வ வழிபாடு செய்து வரவும்.

துலாம் ராசி :



சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

தொழிலில் ஒரு சிறு தேக்க நிலை உருவாகலாம். அது தற்காலிகமான பிரச்னையாக இருக்கும். மற்றபடி குடும்பம், பிள்ளைகள், கணவன் - மனைவி உறவு போன்றவை நல்ல நிலையில் இருக்கும். செல்வ நிலை ஒரே சீராகத் தொடரும்.

பணபலம், மனோபலம், தேக பலம் ஆகிய மூன்றும் நன்றாக இருக்கும். தொழில் தொடர்பான பிரச்னை ஒன்று தலைவலி கொடுக்கலாம்.

குடும்பத்துப் பெரியவர்களின் ஒத்துழைப்பும் ஆசியும் கிடைக்கும். வீட்டில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். மனைவி அல்லது கணவருக்குப் பதவி உயர்வும் புகழும் கிடைக்கும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 9ம் தேதி இரவு 11.19 முதல் 12ம் தேதி காலை 6.15 வரை.

பரிகாரம் : லலிதா த்ரிசதி படித்து

வரவும். அல்லது வீட்டில் ஒலிக்கச் செய்து கேட்கவும்.



விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

தொழிலில் நல்ல முன்னேற்றம் ஏற்படும். உத்தியோக மாற்றம் சிலருக்கு நிகழும். தொழில் போட்டியாளர்களும் அலுவலகத்தில் தொல்லை கொடுத்து வந்தவர்களும் வலுவிழந்து விடுவர். அரசு ஊழியர்களுக்குச் செல்வாக்குக் கூடுதலாகும்.

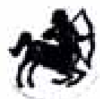
தனலாபம் ஏற்படும். பணப்பிரச்னை பெருமளவு தீர்ந்து விடும். சிலருக்குப் புதிய வருமானத்திற்கு வழி பிறக்கும்.

குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். புனிதத் தல யாத்திரை செல்லும் பேறு பெறுவீர்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 12ம் தேதி காலை 6.15 முதல் 14ம் தேதி பிற்பகல் 3.46 வரை.

பரிகாரம் : திருப்புகழைப் படிப்பவர்கள், உரைப்பவர்கள் மிடிப்பகைமை ஜெயித்தருளும் என்பது அருணகிரி நாதரின் வாக்கு. இயன்ற அளவு திருப்புகழ் படிக்கவும். படிக்க இயலாதவர்கள இல்லத்தில் இசைக்கச் செய்து செவி மடுக்கவும்.

தனுசு ராசி :



மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

மாத முற்பகுதியில் நன்மைகள் சற்று அதிகமாகவும் பிற்பகுதியில் குறைவாகவும் நடைபெறும். ஜீவன ஸ்தானம் மிகவும் வலுவாக உள்ளதால் தொழில் தொடர்பான முயற்சிகள் அனைத்தும் எளிதாக வெற்றி பெறும். பதவி உயர்வு, சம்பள உயர்வு, தற்போது உள்ளதைக் காட்டிலும் வேறு நல்ல உத்தியோகத்திற்குச் செல்லுதல் போன்ற மகிழ்ச்சியான மாறுதல்கள் நிகழும்.

அரசியல்வாதிகள் அளப்பரிய நன்மை பெறுவர். மிக உயர்ந்த பதவிகள் வகிக்கும் யோகம் உள்ளது. குடும்ப வாழ்க்கை

கலக்கல் பொரியல் குலுக்கல் முறையில்...

வெண்டைக்காய் கறி

தேவை : பிஞ்சு வெண்டைக்காய் - ¼ கிலோ, ஓமம் - ½ டீஸ்பூன், கடுகு - ¼ டீஸ்பூன், காரப் பொடி - ½ டீஸ்பூன், தனியாத்தூள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன், சீரகத்தூள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன், கடலை மாவு - 1 டேபிள் ஸ்பூன், எண்ணெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன், பெருங்காயம் - ஒரு சிட்டிகை.



செய்முறை : வெண்டைக்காயை கழுவித் துடைத்து விட்டு இரண்டு அங்குல நீளத்திற்கு நறுக்கவும். கடாயில் எண்ணெய் விட்டுக் காய்ந்ததும் கடுகு, பெருங்காயம், ஓமம் இவற்றைப் போட்டு பொரிந்ததும் காயைப் போட்டு மூடிவைத்து வதக்கவும். சட்டுவத்தால் அவ்வப்போது கிளறாமல் மூடியோடு சட்டியைக் குலுக்கவும். அரைவேக்காட்டில் அதில் தனியாத்தூள், மிளகாய்த் தூள், சீரகத்தூள் ஆகியவற்றைப் போட்டு வதக்கவும். கடலை மாவைத் தூவி இன்னும் கொஞ்சம் குலுக்கி நன்றாக வதக்கி இறக்கவும். சப்பாத்திக்குச் சரியான ஜோடி!

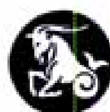


மகிழ்ச்சி அளிக்கும். உடல் ஆரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும். வியாழ நோக்கு சிறப்பாக உள்ளதால் திருமண வயதில் உள்ளவர்கள் மாலை சூடி மகிழ்வர்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 14ம் தேதி பிற்பகல் 3.46 முதல் 17ம் தேதி அதிகாலை 3.03 வரை.

பரிகாரம் : நினைத்தால் முக்தி தரும் தலமான திருவண்ணாமலையை மனதாரத் துதிக்கவும். முடிந்தால் ஒரு சனிக்கிழமையன்று கிரிவலம் செய்யவும். அது பௌர்ணமியாக இருக்க வேண்டும் என்னும் கட்டாயம் இல்லை.

மகர ராசி :



உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

பணி அதிகமாகும். பிணி குறையும். சொந்த வீடு வாங்கும் யோகம் சிறந்து விளங்குகின்றது. ஏற்கெனவே வீடு உள்ளவர்கள் அதைப் புதுப்பித்து மகிழ்வர். சுப விரயங்கள் உண்டு.

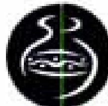
சிலருக்கு அயல்நாடு செல்லும் வாய்ப்பு வலிய வரும். அப் பயணத்தால் பொருளும் புகழும் சேரும்.

தொழில் முன்னேற்றம் அற்புதமாக இருக்கும். உங்கள் திறமைக்குக் கிடைக்க வேண்டிய உரிய அங்கீகாரம் கிடைக்கும். மனைவி அல்லது கணவரின் ஆரோக்கியத்தில் சிறு பின்னடைவு ஏற்படலாம். ராசியில் சுக்ரன் உள்ளதால் பெரிய பாதிப்புகள் எதுவும் ஏற்படாது. தாய் வழிப் பாட்டனாரின் சொத்து சிலருக்கு வீடு தேடி வரும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 17ம் தேதி அதிகாலை 3.03 முதல் 19ம் தேதி மதியம் 2.43 வரை.

பரிகாரம் : 4ம் இடத்துச் செவ்வாயும் 7ம் இடத்துச் சனியும் ஒன்றை ஒன்று பார்ப்பதால் முருகப் பெருமானை வழிபடவும்.

கும்ப ராசி :



அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி, 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

மனதிற்கினிய சம்பவங்கள் பல நடைபெறும். சமூகத்தில் மதிப்பும் மரியாதையும் அதிகரிக்கும். அரசியல்வாதிகளுக்கு சக்திவாய்ந்த உயர் பதவிகள் கிடைக்கும். உடலாரோக்கியத்தில் இருந்து வந்த குறைபாடுகள் அனைத்தும் விலகும். உடலும் மனமும் புத்துணர்ச்சி பெறும். நீதிமன்ற வழக்குகள் சாதகமாக முடிந்துவிடும்.

பணிபுரியும் இடத்தில் புதிய பொறுப்புகள் வழங்கப்படும்.

இல்லறம் நல்லறமாக நடைபெறும். பிள்ளைகள் முன்னேற்றம் மிகச் சிறப்பாக விளங்கும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 19ம் தேதி பிற்பகல் 12.43 முதல் 21ம் தேதி பின்னிரவு (அதாவது 22ம் தேதி அதிகாலை) 1.09 வரை.

பரிகாரம் : உச்சிப் பிள்ளையாரை மெச்சிப் புகழ்ந்தால் வாழ்க்கைத் தரம் உயரும்.

மீன ராசி :



பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

மாணவ, மாணவியர் கல்வியில் மகத்தான முன்னேற்றம் பெறுவர். உயர் கல்வி கற்பதற்கான முயற்சிகள் வெற்றியளிக்கும்.

சுயதொழில் செய்பவர்கள் அபரிமிதமான பண வரவு கிடைக்கப் பெறுவர். நிதி நிலவரம் வெகு வேகமாக உயரும்.

உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கு உற்சாகமான சம்பவங்கள் நடைபெறும். பதவி உயர்வு கிட்டும்.

இல்வாழ்க்கை இனிக்கும். பிள்ளைகளின் முன்னேற்றம் மிகச் சுமாராக இருக்கும். குடும்பத்தாரின் அனைத்துத் தேவைகளையும் நிறைவேற்றுவீர்கள். உடல் ஆரோக்கியத்தில் அதிக அக்கறை செலுத்தவும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 22ம் தேதி அதிகாலை (அதாவது 21ம் தேதி பின்னிரவு) 1.09 முதல் 24ம் தேதியன்று காலை 9.14 வரை.

பரிகாரம் : சிவ வழிபாடு செய்து வரவும். கோளறுபதிகம், சிவ புராணம் படித்து வரவும். தினமும் வீட்டில் ஸ்ரீருத்ரம் ஒலிக்கச் செய்து கேட்பது நலம் பயக்கும்.



கீரையை மூடி வைத்து சமைக்கலாமா?

பா. செல்வி, திருவில்லிபுத்தூர்.

நான் ஒரு கிராமத்தில் இருந்து எழுதுகிறேன். கீரை சமைக்கும்போது (வடை சட்டியில்) தட்டுப் போட்டு மூடி சமைக்கலாமா? இதனால் சத்து வீணாகுமா? முழுமையான சத்து கிடைக்க வழி கூறுங்கள்.

கீரை வளரும்போது பல்வேறு இரசாயனப் பொருட்களை கிரகித்துக் கொள்கிறது. கீரையைக் கல்சட்டியில் அல்லது மண் சட்டியில் வேகவைக்கும்போது அந்தச் சூட்டில் நீராவியோடு தேவையற்றவை வெளியேறிவிடும். கீரைகளைச் சமைக்கும் போது திறந்த பாத்திரத்தில் சமைப்பதுதான் நல்லது. குடிநீரைக் கொதிக்க வைக்கும்போதும் முக்கால் பாகம் தட்டால் மூடி வைக்க வேண்டும். நீரில் கரைந்துள்ள தேவை யற்றவை ஆவி ஆகிவிடும்.

ஆர். மீனாக்ஷி, குளுமணி.

என் கைவிரல் நகங்களின் இடுக்குகளில் சொத்தை போல் உள்ளது. ஒரு கையில் மட்டும் கைகளின் மேல்புறம் நரம்புகள் புடைத்துக் கொண்டு நெளிவு களிவுகளாக கோரமாய் உள்ளது. மாதம் இரண்டு தடவை மருதாணி அரைத்து விரல்களில் இட்டுக் கொள்கிறேன்.

பாத்திரம் தேய்க்கும் பொடி, துணி தோய்க்கும் சோப் இவற்றோடு தண்ணீரும் சேர்ந்து உங்களுக்கு ஒவ்வாமையை ஏற்படுத்துகிறது. சிலருக்குப் புளி கரைத்தால் கூட இவ்வாறு ஏற்படும். கொஞ்ச நாட்கள் கைகளுக்கு ஓய்வு கொடுத்துப் பாருங்கள். படிகாரத்தை வெறும் வாணலியில் போட்டுப் பொரிக்கவும். அதில் சிறிது நீர் விட்டுக் குழைத்து நகச் சொத்தையில் தடவி வாருங்கள். கீழாநெல்லி வேரைத் தேங்காய் எண்ணெயில் இட்டுக் காய்ச்சி அந்த எண்ணெயை நகத்தில் தடவினால் குணம் தெரியும்.

பிரியா மணி, குயப்பேட்டை.

எனக்கு வயது 30, எனக்குக் கடந்த ஒரு மாதமாக தோலில் சுருக்கம் மிக அதிகமாக ஏற்பட்டுள்ளது. நான் கடந்த 20 வருடங்களாக சைவ உணவு சாப்பிடுபவள்.



உங்களுக்கு வைட்டமின் குறைபாடு இருக்கலாம். தர்பூசணிப் பழத்தின் வெள்ளைப் பகுதியை நன்றாகக் குழைத்து உடல், கைகால்களில் தேய்த்து ஊறியபின் குளிக்கலாம். சோற்றுக்கற்றாழை, வெள்ளரிக்காய் இரண்டையும் அரைத்துப் பூசி ஊறவிடவும். அரைமணி நேரம் கழித்துக் குளிக்கவும். பழங்கள் சாப்பிடவும். சைவ உணவுதான் சிறந்தது என்று நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது!

சு. சரஸ்வதி, அரும்பாக்கம்.

சிறுநீர் வெளியேறும் பாதையில் அடிக்கடி எரிச்சல் ஏற்படுகிறதே? இதற்கு ஒரு வழி சொல்லுங்களேன்?

இது சூட்டினால் ஏற்படுகிறது. பார்லிக் கஞ்சியில் வெண்டைக்காய் விதைகளைப் போட்டுக் காய்ச்சி மூன்று நாட்கள் சாப்பிடலாம். பாரம்



ஒருமுறையாவது வாழைத்தண்டை உணவில் சேர்க்கவும். இளநீரில் வெந்தயத்தூள் கால் ஸ்பூன் போட்டு அருந்துவது நல்லது.

நிவேதிதா, நங்கநல்லூர்.
பல் துலக்கும்போது ஈறுகளில் இரத்தம் கசிவது எதனால்? எப்படிச் சரிசெய்வது?

பல்லில் ரத்தம் வடிவது ஈறுகள் வலு குறைந்ததற்கு அறிகுறி. பெரிய நெல்லிக்காயை பச்சையாக மென்று தின்பதும், எலுமிச்சைச் சாறு குடிப்பதும் குணம் தரும். முதலில் செய்ய வேண்டியது இதுதான்: கடுக்காய்த் தோலுடன் படிகாரத்தை மையாக அரைத்து ஈறுகளில் தடவி வெதுவெதுப்பான நீரில் வாய் கொப்பளியுங்கள். மென்மையான பிரஷ் பயன்படுத்தவும்.

என். ஜெயந்தி, புதுவை.
பத்து வயதிற்கு மேலும், படுக்கையில் சிறுநீர் கழிக்கும் குழந்தைகளுக்கு தக்க ஒரு வைத்தியம் கூறுங்களேன்...

வாழைத்தண்டைக் காலையிலும் மதிய உணவிலும் தொடர்ந்து கொடுத்து வாருங்கள். குழந்தைகள் இரவில் படுக்கப் போகுமுன் சிறுநீர் கழிப்பது அவசியம். நடுவில் ஒருமுறை எழுப்பி அவ்வாறு செய்வதும் நாளடைவில் பயன்தரும். வாழைத்தண்டு வைத்தியம் பதிமூன்று வயது சிறுமிக்குப் பலனளித்திருக்கிறது.

ராஜி மோகன், திருநின்றவூர்.

பித்தம், தலைசுற்றலுக்கு ஏதாவது வைத்தியம் சொல்லுங்க.

இஞ்சி, எலுமிச்சை ஜோடி பித்தத்துக்கு நல்லது. விளாம்பழத்தை எடுத்து அதனுடன் மிளகாய், துவரம் பருப்பு, வெங்காயம், கொத்துமல்லி விதை இவற்றைச் சிவக்க வறுத்து உப்பு வெச்சு துவையலா செஞ்சு சாப்பிடுங்க.

வாசகியின் பங்கிற்கு :

ஆரோக்கிய பானம்

தேவை :
துளசி - 1 கைப்பிடி, புதினா - 1 கைப்பிடி, கற்பூரவல்லி இலை - 5, கொத்துமல்லித் தழை - 1 கைப்பிடி, வெற்றிலை - 3, சர்க்கரை - ½ கப், தண்ணீர் - 2 கப், வறுத்த சீரகத் தூள் - ½ டீஸ்பூன், இஞ்சி - 1 துண்டு, உப்பு - 1 சிட்டிகை, தேன் - 2 ஸ்பூன்.

செய்முறை :
எல்லா இலைகளையும் சுத்தமாகக் கழுவி வைக்கவும். இஞ்சியைத் தோல் நீக்கிப் பொடியாக நறுக்கவும். பின்பு அடுப்பில் ஒரு பாத்திரத்தை வைத்து இலைகளையும், சர்க்கரையையும், பொடியாக நறுக்கிய இஞ்சியையும் போட்டுக் கொதிக்க வைத்து இறக்கவும். ஆறியவுடன் வடிகட்டி, அதில் உப்பு, சீரகத் தூள், தேன், தேவையான அளவு தண்ணீர் சேர்த்து இளஞ்சூடாக இருக்கும்போது குடிக்கவும். இப் பானம் தொண்டைக் கமறல், சளி, இருமல் போன்றவற்றுக்கும் சிறந்த மருந்தாகும்.

- சி. இராசலட்சுமி.

என் செல்லமே!





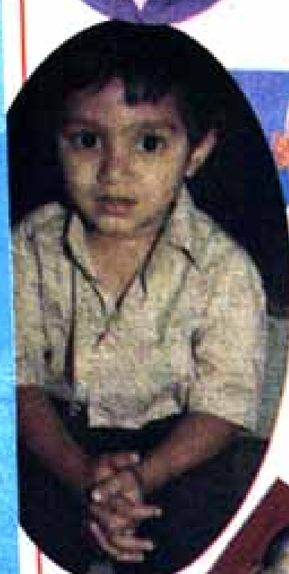
டாக்டர் பி.எஸ். பர்வதநாதன், மீரா நாதன்

உத்ரா, அனாஷ்கா



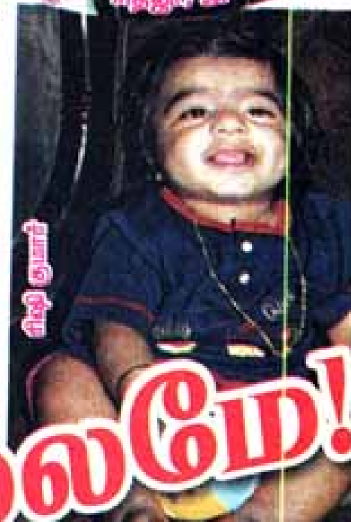


மணி, சாரதா





வீரராகவன், சத்தியபாமா





கே.ஆர். வெங்கடேசன்

எம்.எஸ். சரஸ்வதி வெங்கடேசன்





அனன்யா உமேஷ்



ஆதித்யா உமேஷ்

ஸ்ராவணி



வெங்கடசுப்ரமணியம், ராஜி

இனிய புத்தாண்டு, பொங்கல் நல்வாழ்த்துகள்

ராசிக்கல் மோதிரம் வாங்க ராசியான கடை

P.R. JEWELLERY





GOLD, SILVER, DIAMOND & BIRTH STONES
Old No. 102, New No. 138, USMAN ROAD,
T. NAGAR, CHENNAI - 600 017.
PH: 24344442, 24327764 TUESDAY HOLIDAY
(10.00 AM to 1.30 — 3.30 PM to 8.00 PM)

PROPRIETOR : P. RAVINDHIRAN
(10.00 AM to 1.30 — 3.30 PM to 8.00 PM)



P.R. ஜுவல்லரியில் ராசிக்கல் மோதிரம் வாங்கி அணிந்துபயன்பெறுங்கள். ஒவ்வொரு ராசிக்கும் மோதிரம் ரூ. 400/-

P.R. ஜுவல்லரி தனது **20**-வது ஆண்டு விழாவை ஆனந்தமாகக் கொண்டாடுகிறது. வாடிக்கையாளர் கள் அனைவருக்கும் இதயம் கனிந்த நன்றி. வாழ்க்கையில் அனைவரும் ஆனந்த மாக இருப்பதற்கு அதிர்ஷ்டத்தை அள்ளித் தரும் முழுமுதற் கடவுள் ஆனந்த நர்த்தன வினாயகரை **40** கலைஞர்களை வைத்து **42** மாதங்களில் **890 KG** எடையில் செய்து முடித்துள்ளோம்.

உலகிலேயே மிகப் பெரியது உயரம் **192** செ.மீ., அகலம் **115** செ.மீ., நீளம் **95** செ.மீ., சிற்ப சாஸ்திர முறைப்படி செய்யப்பட்டது. கண்காட்சிக்காக எங்கள் கடையில் வைக்கப்பட்டுள்ளது. அனைவரும் ஆனந்த நர்த்தன வினாயகரைத் தரிசித்து ஆனந்தமாக இருக்க வேண்டுகிறோம்.

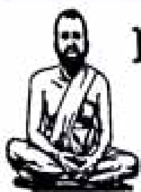
ஆனந்தமாக நடனமாடும் ஆனந்த நர்த்தன வினாயகரை தினந்தோறும் வழிபட்டு தினசரி வேலைகளைத் தொடங்கினால் நாள் முழுவதும் ஆனந்தமாக இருக்கலாம்.

ஒவ்வொருத்தர் வீட்டிலும் இருக்க வேண்டிய படம்
ரூபாய் 20/- தபாலில் பெற ரூபாய் 30/- M.O. அனுப்பவும்.
விற்பனைக்காக ரூபாய் 10/- முதல் 10,000/-ம் வரை
108 மாடலில் வினாயகர் வைக்கப்பட்டுள்ளது.

மேஷம், விருச்சிகம் - பவழம், ரிஷபம், துலாம் - வைரம், மிதுனம், கன்னி - மரகதபச்சை, கடகம் - முத்து, சிம்மம் - மாணிக்கம், தனுசு, மீனம் - புஷ்பராகம், மகரம், கும்பம் - நீலம்.

முகவரி தெளிவாக எழுதவும்.

எமது சிறப்புப் பேட்டியை விஜய் டீ.வி.யில் வியாழன்தோறும் காலை 9.30 மணிக்கு காணத் தவறாதீர்கள்.



ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்,
(வழி) தாம்பரம், சென்னை – 63. போன் : 22760612.
City Office No.7,முதல் மாடி, வேலு தெரு, மேற்கு மாம்பலம்,
(அயோத்யா மண்டபம் அருகில்) சென்னை – 33.போன் 23714942.
கிளை நிறுவனம் : புதிய எண். 16, பழைய எண். 19, முதல் மாடி, 30வது தெரு,
தில்லைகங்கா நகர், நங்கநல்லூர், சென்னை – 600 061. போன் : 22333214

புத்தாண்டு - பொங்கல் நல்வாழ்த்துக்கள்

ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர், வணக்கம்!

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 18 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய், தந்தையற்ற, திக்கற்ற மற்றும் வறுமை கோட்டின் கீழ் வாழும் 200 மாணவ மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன், நல்ல கல்வி, காலை மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன், உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு, நல்ல முறையில் வளர்ந்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர் ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே தாங்கள் இப்புனிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

• காலை சிற்றுண்டி (200 பேருக்கு)	ரூ.	1,000/-
• மதிய உணவு	ரூ.	2,000/-
• இரவு சிற்றுண்டி	ரூ.	1,000/-
• இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு ஓராண்டிற்கு கல்வி உதவித்தொகை	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ.	12,000/-
• குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ.	2,00,000/-

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு.

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள், தொழில்/வியாபாரம் தொடங்கிய நாள், மற்றும் இதர பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், ரம்ஜான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம் என்ற பெயருக்கு Cheque / DD / MO மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

இறைவன் தொண்டில்
சுவாமி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மானந்தர் நல்லாசியுடன்
நிர்வாகம்

பொருள் : கேக்

இம்மாத இல்லத்தரசி







என். ரஜிதா



சி. ராஜலக்ஷ்மி

ஃப்ரூட் க்ரீம் கேக் கப்

தேவையான பொருள்கள் :

சாக்லேட் கேக் - 1 (250 கிராம்)
ஆப்பிள் துருவல் - ¼ கப்,
அன்னாசிப் பழத் துருவல் - ¼ கப்,
கொய்யாப்பழத் துருவல் - ¼ கப்,
மாதுளை முத்துக்கள் - ¼ கப்,
சர்க்கரைப் பாகு - 1 கப்,
ஃப்ரெஷ் க்ரீம் - ½ கப்,
பூ வடிவ கேக் கப் - 8,
பால் - சிறிது.

செய்முறை :

கேக்கை கையால் பிசைந்து கொள்ளவும். இதைச் சிறிது பால் ஊற்றி சப்பாத்தி மாவு பதத்தில் பிசையவும். பூ வடிவ கேக் கப்பில் வெண்ணெய் தடவவும். பிசைந்ததை எட்டு உருண்டைகளாகப் பிரித்து ஒவ்வொரு உருண்டைகளையும் ஒவ்வொரு பூ வடிவ கேக் கப்பிலும் சுற்றி வர வைத்து அழுத்தவும். (பூ வடிவ சின்னங்கள் இல்லையென்றால் குழி வான ஏதாவதொரு கப்) இதனை அப்படியே கேக் டின்னில் வைத்து 20 முதல் 25 நிமிடம் ஓவனில் வைத்து எடுக்கவும். வெந்ததும் கப்பைக் கவிழ்த்தால் தனியாகப் பிரிந்து விடும். இதனை ஆறவிடவும். ஆறுவதற்குள் பழங் களை ஒரு பாத்திரத்தில் ஒன்றாகப் போட்டுப் பாகு ஊற்றி ஒன்றாகக் கலக்கவும். இதனை கேக் கப்பில்

முதல் பரிசு : சாஸ்தா வழங்கும் டேபிள் டாப் வெட் கிரைண்டர்

பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலி : சந்திரா சண்முகநாதன்



பாதி அளவு நிரப்பி மேலே ஃப்ரெஷ் க்ரீம் வைத்து அதன் மேல் செர்ரி பழம் வைத்து அலங்கரித்து வைக்க சுவையான, அழ கான குழந்தைகள் விரும்பிச் சாப்பிடக் கூடிய கேக் ரெடி.

- சந்திரா சண்முகநாதன்,
மயிலாடுதுறை.

இரண்டாம் பரிசு ரூ. 300/-

வெஜிடபிள் கார கேக்

தேவையான பொருள்கள் :

கடலை மாவு - 2 கப்,
கோஸ் (துருவியது) - 1 கப்,
கேரட் (துருவியது) - 1 கப்,
தேங்காய்ப் பூ - 1 கப்,
மிளகாய்ப் பொடி - 2 டீஸ்பூன்,
உப்பு - 3 டீஸ்பூன்,
பெருங்காயம் - ½ டீஸ்பூன்,
மசாலாப் பொடி (பிரியப்பட்டவர்கள்) - 2 டீஸ்பூன்,
ரீபைண்டு ஆயில் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
சமையல் சோடா - 2 ஸ்பூன்,
புளித்த மோர் - 1½ கப்,
கருவேப்பிலை, கொத்துமல்லி தேவையான அளவு.



சுபத்ரா கோபால்

செய்முறை :

ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் கடலை மாவைப் போடவும். துருவிய கேரட், கோஸ், தேங்காய்ப் பூ, மிளகாய்ப் பொடி, உப்பு, மசாலாப் பொடி, சமையல் சோடா, பெருங்காயம், புளித்த மோர், எண்ணெய் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலக்கவும். கொஞ்சம் கெட்டியாக இருந்தால் சிறிது தண்ணீர் விட்டு கலந்து கொள்ளலாம்.

மாவு இட்லி மாவு பதத்தில் இருக்க வேண்டும். குக்கர் உள் பாத்திரத்தில் உள்ளே நெய் (அ) எண்ணெய் இலேசாக தடவி இக் கலவையை ஊற்றவும். குக்கரை அடுப்பில் வைக்கவும். இரண்டு விசில் வந்தவுடன் இறக்கி வைக்கவும்.

ஆறியவுடன் குக்கரில் உள்ள கலவையில் கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லியைப் பொடியாக நறுக்கித் தூவவும். கத்தியால் துண்டு போடவும். கேக் போல மிருதுவாக இருக்கும்.

குறிப்பு : வீட்டில் கோஸ், கேரட், பீட்ரூட், பீன்ஸ் பொரியல் மீந்து விட்டால் இந்த மாதிரி செய்து விட்டால் இரவு டிபனாக ஆகிவிடும்.

- என். ரஜிதா, திருநெல்வேலி.





மாயா சேகர்

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 200/-

ராடிஷ் மெலன் கேக்

தேவையான பொருள்கள் :

முள்ளங்கி (வெள்ளை) - 4,
பூசணிக்காய் - 1 பத்தை,
மில்க் பவுடர் - 2 டீஸ்பூன்,
சர்க்கரை - 1½ கப்,
ஏலப்பொடி - சிறிதளவு,
நெய் - 2 டீஸ்பூன்,
முந்திரி, திராட்சை - அலங்கரிக்க.

செய்முறை :

முள்ளங்கி, பூசணியைக் கழுவி, தோல் நீக்கி கேரட் துருவியில் துருவி தண்ணீரை ஒட்டப் பிழிந்து வைத்துக் கொள்ளவும். (தண்ணீரை உப்புப் போட்டுக் குடித்து விடலாம்)

அடிகனமான வாணலியில் 1 டீஸ்பூன் நெய் விட்டு முந்திரி, திராட்சைகளைப் பொரிந்துக் கொண்டு முள்ளங்கி, பூசணி துருவல்களைப் போட்டு,



கத்தரிக்காய் கலக்கல் பொரியல்...



கத்தரிக்காய் காரக் கொத்துமல்லி கறி

தேவை :

¼ கிலோ ஒல்லியான பிஞ்சு வெள்ளைக் கத்தரிக்காய், எண்ணெய் - ½ ஸ்பூன், விழுதாக அரைக்க - கொத்துமல்லித் தழை 1 கப், பொட்டுக்கடலை 1 ஸ்பூன், இஞ்சி ஒரு விரல் நீளத் துண்டு, பச்சை மிளகாய் - 1, உப்பு.

கத்தரிக்காயைக் கழுவித் துடைத்து நான்காக வகிர்ந்து கொள்ளவும். மல்லித் தழை, உப்பு, பொட்டுக்கடலை 1 ஸ்பூன், இஞ்சி ஒரு விரல் நீளத்துண்டு, பச்சைமிளகாய் ஆகியவற்றை மிக்ஸியில் வழுவழுவென அரைத்துக் கத்தரிக்காயின் உள்ளே நன்றாக அடைக்கவும். கடாயில் எண்ணெய் வைத்துச் சூடானதும் அதில் இந்தக் கத்தரிக்காய்களைப் பரவலாக வைத்து சட்டுவத்தால் திருப்பாமல் மூடியைப் போட்டு சிறு தீயில் வேகவிடவும்.

வாசனை போக நன்றாக, கருகாமல் வதக்கி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

3. இத்துடன் 1 (அ) 1½ கப் சர்க்கரை சேர்த்து அடிபிடிக்காமல் கிளறிக் கொண்டே இருக்கவும்.

4. பக்கங்களில் ஒட்டாமல் இறுகி வந்ததும் ஏலப்பொடி, மில்க் பவுடர், 1 டீஸ்பூன் நெய் சேர்த்து மேலும் 2 நிமிடம் கிளறி, நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டி, ஆறியபின் துண்டுகள் போடவும்.

5. இந்த கேக் முள்ளங்கியின் வாடை சிறிதுமின்றி மிருதுவாக, சுவையாக இருக்கும். இதற்கு அதிகம் நெய்யும் தேவை யில்லை.

இதனுடன் கேரட், பீட்ரூட் துருவல்கள் சேர்த்து ஏதேனும் எஸென்ஸ் சேர்த்தும் செய்யலாம்.

- சி. ராஜலக்ஷ்மி சந்திரசேகர்,
சென்னை - 33.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

காரட் கேக்

தேவையான பொருள்கள் :

துருவிய காரட் - 500 கிராம்,
வெண்ணெய் - 250 கிராம்,
சீனி பவுடர் - 350 கிராம்,
மைதா - 1 கப்,
உப்பு - ½ சிட்டிகை,
சோடா உப்பு - 1 சிட்டிகை,
பேகிங் பௌடர் - 1 தேக்கரண்டி,
தேன் - 4 தேக்கரண்டி,
மில்க் மெய்ட் - 400 கிராம்,
திராட்சை - 50 கிராம்,
முந்திரி - 50 கிராம்,
வால்நட் - 50 கிராம்,
வெனிலா எஸென்ஸ் - 6 சொட்டு,
ஐஸிங் பவுடர் - சிறிதளவு.

செய்முறை :

ஒரு கனமான பாத்திரத்தை அடுப்பில் வைத்து, வெண்ணெயைப் போடவும். வெண்ணெய் உருகியதும் மைதாவைப் போட்டுக் கிளறி, பின் சீனி பவுடரையும் காரட் துருவலையும் போட்டு ஒரு சிட்டிகை சோடா உப்பு, ½ சிட்டிகை உப்புப் போட்டு நன்றாகக் கிளறவும். அது நன்றாகச் சுருண்டு வரும்போது மில்க் மெய்டைக் கொட்டிக் கிளறி கெட்டியானதும் தேன் விட்டு முந்திரி, திராட்சை, வால்நட் முதலியவைகளைச் சேர்த்து 4,5 சொட்டு வெனிலா எஸென்ஸை சேர்த்து கேக் தயாரிக்கும் தட்டில் கொட்டி பரப்பி 30 முதல் 50 செகண்ட் மைக்ரோவேவ்

அடுப்பில் வைத்து எடுத்து மேலே ஐஸிங் பவுடரைத் தூவி துண்டுகளாக ஆக்கவும். இதுபோல் பீட்ரூட்டிலும் தயாரிக்கலாம்.

- சுபத்ரா கோபால், டெல்லி.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

தயிர் கேக்

தேவையான பொருள்கள் :

மைதா - 1 கப்,
ரவை - 1 கப்,
சர்க்கரை - 1 கப்,
புளிக்காத தயிர் - 1 கப்,
நெய் அல்லது டால்டா - 1 கப்,
பேகிங் பவுடர் - ½ ஸ்பூன் (சிறிது)
ஏலப்பொடி - ½ ஸ்பூன்
டூட்டி புருட்டி (அ) சாரைப் பருப்பு, திராட்சை - கொஞ்சம்.

செய்முறை :

முதலில் பேகிங் பவுடரை மைதாவுடன் கலந்து சல்லடையில் நன்றாகச் சலித்துக் கொள்ளவும். பிறகு ஒரு பாத்திரத்தை எடுத்து அதில் ரவை, சர்க்கரை, மைதா (சலித்து வைத்தது) நெய் அல்லது டால்டா, தயிர் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகப் போட்டு நன்றாகக் கலந்து வைக்கவும்.

இது சில மணி நேரங்கள் ஊற வேண்டும். அதாவது, காலையில் கலந்து வைத்தால் மாலையில் செய்ய, கேக் நன்றாக மிருதுவாக இருக்கும்.

ஊறிய கலவையில் ஏலப்பொடி, டூட்டி ப்ருட்டி, அல்லது சாரைப் பருப்பு, திராட்சை இவற்றைப் போட்டு நன்றாகக் கலந்து, ஒரு அகலமான பாத்திரத்தில் நெய் தடவி, அதில் கொட்டவும்.

பிறகு குக்கரை கேஸில் வைத்து, அதில் இப் பாத்திரத்தை வைக்கவும். குக்கரில் தண்ணீர் விடக்கூடாது. கேஸை சிம்மில் வைக்கவும்.

பதினைந்து அல்லது இருபது நிமிடங்களில் சுவையான 'தயிர் கேக்' தயார். நன்றாக வெந்தவுடன் குக்கரைத் திறக்காமலே கம்மென்று மணம் வரும்.

உங்களுக்கு அது வெந்ததா இல்லையா என்று பார்க்க வேண்டுமானால் குக்கரைத் திறந்து ஒரு குச்சியால் கேக்கில் குத்த, ஒட்டாமல் இருந்தால் நன்றாக வெந்தாகி விட்டது என்று அர்த்தம். கேஸை அணைத்து விடலாம். நன்றாக ஆறியவுடன் வெளியில் எடுத்துத் துண்டு போட்டு சாப்பிட மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

- மாயா சேகர், மும்பை.



மலிவான விலையில் கிடைக்கும் பல் துலக்கும் பிரஷ்களை வாங்கி வைத்துக் கொண்டோமானால், மிக்ஸியின் இடுக்குகளில் இருக்கும் அழுக்குகள், டைல்ஸ்களின் இடுக்குகளில் இருக்கும் அழுக்குகளை நீக்கப் பயன்படுத்தலாம்.

- எஸ். சரஸ்வதி.



நீச்சல் குளம், ஜிம், பூங்கா மற்றும்
அனைத்து நவீன வசதிகளுடன்

விஷால் நகர்

தனித் தனி வீடுகள்...

5 லட்சம் முதல்

அப்பார்ட்மெண்டில் உண்மையான தனி வீடுகள்



VISHAAL Heights

இடம் :
வருமான வரி அலுவலகம் அருகில்
V.P.ரத்தினசாமி நாடார் ரோடு.
பி.பி.குளம், மதுரை.

உங்கள் இல்லக் கனவுகள் நனவாக இன்றே பதிவு செய்யுங்கள்.

விஷால் புரோமோட்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்

100 அடி ரேடியல் ரோடு, கூடல் நகர் வானொலி நிலையம் அருகில், மதுரை - 18.

Ph:5537060, CELL: 98421 68285, 98429 68285, 94433 56226.

Now at T.Nagar



பரதநாட்டியம் நமது பண்பாட்டின் ஒரு அம்சம். வெறும் முக அபிநயங்கள் மட்டுமின்றி உடையலங்காரத்தையும், நகை அலங்காரத்தையும் உள்ளடக்கியதுதான் பரதநாட்டியம். பரதநாட்டியத்திற்கேற்ற நகை, மற்றும் உடையலங்காரங்களுக்கு சாந்தி டான்ஸ் பாரடைஸை அணுகவும்.

கண்காட்சி & விற்பனை
15.12.2005 to 18.1.2006





SHANTHI'S

DANCE PARADISE

The ultimate shop for Classical Dance Needs

- Kuchipudi, Odyssi, Mohini Attam, Costumes & Jewells
- Temple Jewellery
- Fashion Jewellery
- Artificial Dance Flowers
- Dance Cassettes,
- CD's and Etc.,

No.37-328, Maya's Plaza, 1st Floor, 71, Pondy Bazaar, T.Nagar
Chennai - 600 017. Ph : 23450150, Fax : 91-44-28153078
E-mail : sdparadise@vsnl.net
www : shanthidanceparadise.com

தொடர்கதை

ஆலோவுக்காக வண்டி முழுவதும் ஆலோவின் அப்பா சாமான்களை நிரப்பிக் கொண்டு வந்தார். விளையாட்டுச் சாமான்கள், தின்பண்டம், துணிமணி, செருப்பு, புடவைகள், ரவிக்கை, நகைகள் இன்னும் எத்தனையோ. இந்தக் கிராமத்துப் பெண்களில் யாருக்குமே கல்யாணத்தின் போது கூட இத்தனை சாமான்கள் வந்து யாரும் பார்த்ததில்லை.

"இதெல்லாம் எதற்கு அதீந்திரா?"

ஆச்சர்யத்துடன், சலிப்பு, அலுப்பு நிறைந்த குரலில் கேட்டார் சிவசங்கர்.

"ஆலோவுக்காக ஏதோ கொஞ்சம் சாமான்கள்..." தலையைக் குனிந்தபடியே பதில் சொன்னான் அதீந்திரன்.

"ஆலோ ஏழையின் பெண் போல வளர்ந்திருக்கிறாள். அவளை ஏழைப் பெண்ணைப்

தேன் நிலவு

வேதா

வங்க மூலக்கதை :

ஆஷா பூர்ணாதேவி

தமிழாக்கம் :

புவனா நடராஜன்

10

போலவே இருக்க விடு. இத்தனை பரிசுகளையும் ஏற்றுக் கொள்வது என்பது நடக்காத விஷயம்."

அதீந்திரன் தலையை நிமிர்த்தி விவா தம் பண்ணும் குரலில், "ஆலோவுக்குக் குழந்தைப் பருவத்தில்தான் அதிர்ஷ்டம் இல்லாமல் போயிற்று. அதே மாதிரியே இனிமேலும் இருக்கட்டும் என்று ஏன் சொல்கிறீர்கள்? ஒருவேளை அவளுக்குப் பெரிய இடத்தில் திருமணம் நடந்தால்?" என்றான்.

"நடப்பதற்கு சந்தர்ப்பம் இல்லை. என் கௌரவம், அந்தஸ்துக்குத் தகுந்த இடத் தில்தான் அவளைக் கொடுக்க முடியும்."

"என் குற்றங்களுக்குப் பிராயச்சித்தம் செய்வதற்கான சந்தர்ப்பத்தைக் கொடுக் கவே மாட்டீர்களா?"

"அன்பும், இரக்கமும் காட்டினாலே பிராயச்சித்தம் செய்தாற்போலத்தான். வெளி ஆடம்பரம் அர்த்தமில்லாதது. அனாவசியமானது.

"இதோ பார் அதீந்திரா, நான் வெகு நாளாகவே நீ திருமணம் செய்து கொண்டு விட்டாய் என்றுதான் நினைத்துக் கொண் டிருந்தேன். ஆனால் நீ அன்று திடீரென்று வந்த விதமும், பேச்சு வார்த்தைகள் மூல மாகவும் அப்படி இல்லை என்று தெரிந்து கொண்டேன். ஆனால்" - சிவசங்கர் புரு வத்தை நெரித்தபடி, "ஒன்று மட்டும் தெரிந்து வைத்துக் கொள்... என் பெண் எத்தனை பொருள்கள் நீ கொண்டு வந்து கொடுத்தாலும், அந்தப் பொருள்களை அவள் லட்சியமே செய்ய மாட்டாள்."

அதீந்திரன் அடிபட்டவனாகிப் போனான். ஆனால் திடமான, உறுதி நிறைந்த குரலில், "சாதாரண விஷயத்தை நீங்கள் ஏன் தப்பர்த்தம் செய்து கொள்ள வேண்டும்... என் குழந்தைக்கு ஏதாவது நான் கொடுக்க வேண்டும் என்று நினைத் தால் அதற்கு எனக்கு உரிமை கிடை யாதா?" என்று கேட்டான்.

"இல்லை... கிடையாது... அந்த உரிமையை நீ இழந்து விட்டாய்."

அதீந்திரன் சில நிமிடங்கள் பற்களைக் கடித்தபடி பேசாமல் இருந்தான்.

"அன்றைக்கு நான் சொல்வதாக இருந்த எந்தப் பேச்சையும் கேட்க நீங்கள் தயாராக இல்லை. இப்போது உங்களை வற்புறுத்தி, நீங்கள் கேட்டுத்தான் ஆக வேண்டும் என்று நான் சொன்னால் அது பைத்தியக்காரத்தனம். கைகூப்பி உங்களை வேண்டிக் கொள்கிறேன். இதை மட்டும் அவள் எடுத்துக் கொள்ள அனுமதி கொடுங்கள். அவ்வப்போது என்னைச் சந்தித்துப் பேசவும் தயவுசெய்து அனுமதி கொடுங்கள்."

சிவசங்கர் கனத்த இதயத்துடன், ஆழ்ந்த குரலில், "வீணாக அவள் மனத் தில் சலனத்தை ஏற்படுத்தி என்ன பயன்? அவள் ஒரு எளிமையான வாழ்க் கைக்குப் பழக்கப்பட்டு வளர்ந்திருக் கிறாள். அவளுக்குத் தெரிந்த வரையில் அவளுக்குத் தந்தை என்று யாருமில்லை. துக்கத்தில் மூழ்கிக் கிடக்கும் தாயின் சுகதுக்கங்களில் பங்குகொண்டு, அவளு டைய தோழியாக வளர்ந்திருக்கிறாள். திடீரென்று இத்தனை சாமான்கள்... இந்த உன் அன்பின் பெருக்கம், அவளைச் சுக்கு நூறாக்கி விடும். இதை நீ புரிந்து கொள் வது நல்லது. உன்னிடம் எல்லாமே இருக் கிறது. நிறையவே இருக்கிறது. பூர்ணிமா விடம் அந்தப் பெண்ணைத் தவிர வேறு எதுவுமே இல்லை."

மெள்ள மெள்ள அதீந்திரனுக்குத் தைரியம் அதிகமாகிக் கொண்டிருந்தது. அதனால் சற்று வேகத்துடனேயே, "பூர்ணிமாவுக்கும் எல்லாம் இருக்கிறது. நிறையவே இருக்கிறது. அவற்றை அவள் எடுத்துக் கொள்ள, அனுபவிக்க அனுமதி மட்டும் கொடுங்கள். ஆலோவிடம், இத் தனை நாட்களாக உன் அப்பா இறந்து போய் விட்டார் என்று சொல்லி வைத் திருக்கிறீர்கள்... ஒருவேளை நல்லதுதான் செய்திருக்கிறீர்களோ என்னவோ... ஆனால்



வாழைப் பூவிற்கு சிறுநீரில் சர்க்கரை இருந்தால் அதை முறிக்கும் ஆற்றல் உள்ளது. நீர் இறங்குவதையும் கட்டுப்படுத்தும். பித்த சம்பந்தமான நோய்களையும் கை, கால் உளைச்சலையும் போக்கும். இருமலைக் கட்டுப்படுத்தும்.

- எஸ். சரஸ்வதி.

இன்று எப்போது, 'அப்பா' என்று என்னை அறிமுகம் செய்து வைத்தீர்களோ அப்போது அந்த அப்பாவின் தோழமையை உணர அனுமதி ஏன் கொடுக்கக் கூடாது? உங்களுடைய சாம்ராஜ்யத்தில் மன்னிப்பே கிடையாதா?"

சிவசங்கர் மௌனமாக முகத்தைத் திருப்பிக் கொண்டு, மிருதுவான குரலில், "அதீந்திரா! நீ தவறான பாதையில் வந்திருக்கிறாய்... எது முடிந்து போன கதையாகி விட்டதோ, அதை வீணாகத் தொடரச் செய்வதில் என்ன இருக்கிறது? அதன் பலன் ஒருகாலும் இயற்கையாக அமையாது. நீ நிஜமாகவே வேறு கலியாணம் செய்து கொள். அதற்கு அனுமதி நான் கொடுக்கிறேன். இன்னும் உனக்கு நிறைய அவகாசம் இருக்கிறது. உன்னிடம் தேக ஆரோக்கியம், பலம், இளமை எல்லாமே இருக்கிறது. பணத்துக்கும் குறைச்சலில்லை. எந்தப் பெண்ணின் தந்தையும் உன்னை நல்ல வரனாக ஏற்றுக் கொண்டு சந்தோஷமாக இருப்பார். இன்றைய காலகட்டத்தில் வளர்ந்த பெண்களும்

நிறையக் கிடைப்பார்கள்."

"உங்கள் அபிப்ராயத்திற்கு மிக்க நன்றி."

திரும்பிப் போய் வண்டியில் ஏறிக் கொண்டான் அதீந்திரன்.

சிவசங்கர் உறுதியான மனத்துடன் பார்த்துக் கொண்டே நின்றார்.

இன்னொரு பக்கத்தில் வேறு ஒரு பயங்கரம் நடந்து கொண்டிருந்தது. இவர்கள் பேசிக் கொண்டிருந்தபோதே ஹாரு ஓடிப் போய் ஆலோவுக்கு செய்தியைத் தெரிவித்தான். 'கார் கொள்ளாமல் உன் அப்பா ஏகப்பட்ட சாமான்கள் கொண்டு வந்திருக்கிறார்' என்பதைச் சொல்ல மறக்கவில்லை. இந்தத் தந்தை காரணமாக, ஆலோவுக்குத் தனி மரியாதை செலுத்தத் தவறவில்லை ஹாரு. "ஆனால் எனக்குத் தெரிந்தவரையில் தாத்தா அந்தச் சாமான்களை எடுத்துக்கொள்ள ஒப்பவில்லை. திருப்பிக் கொடுத்து விட்டுத்தான் மறு வேலை பார்ப்பார் போலிருக்கிறது. மாமாவின் முகம், என்னவோ போலாகி விட்டது" என்றான்.

"மாமாவா? யாரைச் சொல்றே?" தீட்சண்யமான குரலில் கேட்டாள் ஆலோ. அவள் தன் மன வருத்தங்களையெல்லாம் மறந்து தன் தந்தையை ஹாரு மாதிரி ஒரு அல்பப் பயல், உறவு சொல்லி, நெருக்கமாகப் பேசுவதை அவளால் பொறுத்துக் கொள்ள முடியவில்லை.

ஆனால் ஹாரு என்ன இலேசுப்பட்டவனா?

அதே தீவிரமான குரலில், "மாமியின் கணவரை மாமா என்று சொல்லாமல் வேறு என்ன சொல்வதாம்?" என்றான்.

"நீ ஒண்ணுமே சொல்ல வேண்டாம்."

"சரி... வேண்டாம் என்றால் வேண்டாம். ஆனா ஒண்ணு மாத்திரம் உனக்குச் சொல்லி வைக்கிறேன். தாத்தா அவரை விரட்டி விடுவார். உன்னைப் பார்க்க விட மாட்டார்."

"நான் பார்ப்பேன்..." என்று சொல்லி விட்டு ஹாருவைப் போலவே ஆலோவும் ஓடினான்.

ஓடி வந்தான் ஆலோ.

ஆனால் கதவருகில் வந்ததுமே திடுக்கிட்டு நின்றாள். ஆலோவின் தந்தை வேக

மாகத் திரும்பிப் போய்க் கொண்டிருக்கிறாரே.

ஒருமுறை பார்த்த பிறகு, இன்னொரு முறை தந்தையைப் பார்க்க ஆலோவின் மனம் துடித்தது.

அவள் உடல், உள்ளம் எல்லாமே உணர்ச்சிகளின் கொந்தளிப்பில், 'அப்பா!' என்று கூவியது. ஆனால் தொண்டையிலிருந்து வார்த்தைகள் வெளிவரவில்லை. வந்த வார்த்தை "தா...த்...தா"..."

தீட்சண்யமான இந்தக் குரலைக் கேட்டதும், சிவசங்கர் திரும்பிப் பார்த்தார். மிருதுவான, அன்புடன் குரலில், "என்னம்மா?" என்றார்.

"நான் போவேன்."

"போவேனா? எங்கம்மா?"

"என் அப்பாவைப் பார்க்கப் போவேன்."

சிவசங்கர் ஆச்சர்யத்துடன் கம்பீரமாக, "பைத்தியமா? இது என்ன புதுசா இருக்கு? ஆனால் அவர் கிளம்பிப் போய் விட்டாரே."

"நான் ஜன்னல் வழியாக தோட்டத்தில் குதித்துப் போவேன்" என்று சொல்லிவிட்டு மின்னல் வேகத்தில் துள்ளிக் குதித்து ஓடினாள் ஆலோ.

மோட்டார் வண்டியாக இருந்தாலும் பிடிப்பது முடியாத காரியமில்லை. உடைந்து குண்டும் குழியுமாக, சேறு படிந்த பாதையைக் கடந்து ஆலோ ஓடினாள். வண்டியைப் பிடித்தே ஆக வேண்டும்.

"ஆலோவை அதீந்திரனைப் பார்க்கச் சொல்லி நீ அனுப்பினாயா பூர்ணிமா?"

வீட்டிற்குள் வந்ததும் சிவசங்கர் மெல்லக் கேட்டார்.

"எங்கே? எங்கே அனுப்பினேன் ஆலோவை?" தீட்சண்யமான குரலில் கேட்டாள் பூர்ணிமா.

"அதீந்திரன் திரும்பவும் வந்தான். அந்த விஷயம் உனக்குத் தெரியுமா?"

"திரும்பவுமா? ஏன்? ஏன்? மறுபடியும் எதற்கு வந்தார்?"

"அவன், பெண்ணுக்குச் சாமான்கள் வாங்கி வந்தான். நிறையச் சாமான்கள்."

"அப்பா!"

"நானே பொறுப்பு எடுத்துக் கொண்டு அதையெல்லாம் திருப்பி அனுப்பி விட்டேன். ஆலோ ஏழையாக வளர்ந்தவள், இந்தப் பரிசெல்லாம் அவளுக்கு வேண்டாம் என்று சொன்னேன். நான் சொன்னது தவறா பூர்ணிமா?"

"அப்பா! தவறு செய்து விட்டீர்கள் நீங்கள்..."

"அப்படிச் சொல்ல முடியாதம்மா. மனிதன் தவறே செய்யாமல் இருக்க முடியுமா? நான் ஆலோவைப் பற்றி கவலைப்படுகிறேன். அவளுடைய மனோநிலை எனக்கு ஆச்சர்யமாக இருக்கிறது. அன்றைக்கு பார்க்கவே வர மாட்டேன் என்றாள். நமஸ்காரம் செய்ய மாட்டேன் என்று பிடிவாதம் பிடித்தாள். இன்றைக்கு என்னை அலட்சியப் படுத்திவிட்டு, அப்பாவைப் பார்க்கப் போகிறேன் என்று ஓட்டமாக ஓடுகிறாள்..."

"ஓடியா போனாள்?"

"ஆமாம்... ஜன்னல் வழியாக மைதானத்தில் குதித்து வண்



டிக்கு முன்னாலே இவள் போய் விட்டாள்."

"எனக்குப் புரியவில்லை அப்பா... ரொம்பவும் ஆச்சர்யமாக இருக்கு..."

"ஆச்சர்யப்படும் விஷயம்தான்..."

சிவசங்கர் குறுக்கும் நெடுக்குமாக நடந்தார்.

உண்மையிலேயே பூர்ணிமா திடுக்கிட்டுத்தான் போனாள். ஆலோ நடந்து கொண்ட விதத்தை நினைத்து மட்டுமில்லை. அதீந்திரனின் துணிச்சலையும் நினைத்துத் திடுக்கிட்டுத்தான் போனாள்.

'நன்றாக அவமானப்படுத்தவில்லை என்பதால் இந்தத் துணிச்சலா?'

உண்மையிலேயே அவமானப்படுத்தவில்லையா என்ன?

பூர்ணிமா அவனைப் பார்க்க மறுத்து விட்டாளே... அது அவனுக்குப் பெரிய அவமானமில்லையா?

இத்தனை வருடங்களுக்குப் பிறகு வெட்கத்தை விட்டு வந்திருப்பது தன்னுடைய குழந்தையின் மீது தன் உரிமையை நிலைநாட்டிக் கொள்ளவா? பூர்ணிமாவைப் பார்க்காவிட்டால் பரவாயில்லை. அதனால் ஒன்றும் வந்து விடாது. பெண்ணுக்கு லஞ்சம் கொடுத்து பெண்ணை மட்டும் பார்க்க வேண்டுமாக்கும்?

செல்வத்தைக் காட்டி, பூர்ணிமாவின் ஏகாந்தத்தை, வாழ்க்கை கடைந்து கொடுத்த அமிர்தத்தை, அவளுடைய வேதனை, துக்கம், வலி இத்தனையும் பொறுத்துக்கொண்டு அதற்குப் பிறகு அவளுக்குக் கிடைத்த அந்தச் சிறிய செல்வத்தைக் கொள்ளை அடிக்க நினைக்கிறானா அதீந்திரன்? பூர்ணிமா அந்தச் சின்னஞ்சிறிய செல்வத்தை வைத்துக் கொண்டு எத்தனை அழுதாள்? எத்தனை கவலைப்பட்டாள்? எத்தனை இரவுகள் விழித்துக் கொண்டிருந்தாள்? எத்தனை எதிர்பார்ப்புகளுடன் அதனைப் பார்த்துப் பார்த்து வளர்த்தாள். அந்தச் செல்வத்தை, தகப்பன் என்ற அகங்காரத்துடன் எடுத்துக் கொண்டு போக வந்து விட்டானா?

ஏன்? ஏன்?

அதீந்திரா, நீங்களே எப்போதும் ஜெயித்துக் கொண்டிருக்க முடியும் என்று கனவு காண வேண்டாம்... உங்கள் எண்ணம் நிறைவேற விட மாட்டாள் இந்த பூர்ணிமா. பெண்ணை உங்களுடன் அனுப்ப மாட்டேன். பெண்ணை உங்கள் கண்ணில் காட்ட மாட்டேன். பெண்ணை உங்களுக்குக் கொடுக்க மாட்டேன்.

(நிலவு வளரும்)

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : படிக்கும்போது பசியாற... கடைசி தேதி : 20.1.2006

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்



என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் & OKJ
SINCE 1933
ORIGINAL KERALA JEWELLERS
74, USMAN ROAD

இணைந்து வழங்கும்

மணி மங்கை

என் ஆன்மிக அனுபவம்

நான் சில ஆண்டுகளாகத் தியானப் பயிற்சி செய்து வருகிறேன். செப். 2004ம் ஆண்டு மங்கையர் மலரில் 'பிரார்த்தனை செய்வது எப்படி?' என்ற கட்டுரை என் மனத்தில் ஆன்மிக பயிற்சியில் இன்னும் முன்னேற்றத்தை ஏற்படுத்தியது. தினந்தோறும் சில நிமிடங்களை ஒதுக்கி தியானம் செய்ய ஆரம்பித்தேன். மௌனமே கடவுளின் மொழி. பகை, வெறுப்பு, ஈகோ இவற்றை நீக்கி நம் இதயத்தின் உள்நோக்கி தன்னை உணர்வதே ஆன்மிகம் என்பதை உணர்ந்தேன். அன்பு என்னும் அஸ்திவாரக் கல்லின் மேல் தெய்வீகம் என்ற கோவிலைக் கட்டுவதற்கு தொண்டு, தியாகம் என்ற கருவிகள் பெரிதும் உதவுகின்றன என்பதை உணர்ந்து அறிந்து கொண்டேன்.

கடவுள் எதைக் கொடுத்தாலும் அதை அவர் கொடுத்த பிரசாதமாக

• நவம்பர் மாதம் பரிசு பெற்ற வாசகி எஸ். ராதா, செம்மண்டலம், கடலூர் மாவட்டம்.

ஏற்றுக் கொண்டு எந்தச் சூழ்நிலையிலும் இன்ப, துன்பங்களை சமநிலை நோக்குடன் எளிதாக எடுத்துக்கொள்ள முடிகிறது.

எண்ணங்களாலும் செயல்களாலும் நாமே உருவாக்கிய பதிவுகளை அன்றன்று மனத்திலிருந்து சுத்தப்படுத்தி அந்த வெற்றிடத்தில் எளிமையான எந்தவித கடினத் தன்மையற்ற கடவுளை உள் இருத்தி உணர முடிகிறது. அதற்குத் தொடர்ந்த ஆன்மிகப் பயிற்சியே காரணம். நாம் செய்யும் எல்லா வேலைகளையும் இறைவனுக்கு அர்ப்பணிப்பு செய்து விட்டு அந்த வேலைகளைச் செய்யும்பொழுது அது மிகவும் சுலபமாகி விடுகிறது.

இக் கட்டுரையில் குறிப்பிட்டிருந்தது போல், நான் அனைவரையும் சகோதர, சகோதரி பாவத்துடன் நினைத்து, உண்மையான தூய இதயத்துடன் அவர்களுக்காக பிரார்த்தனை செய்யும்பொழுது சூழ்நிலையே அன்புமயமாக மாறி விட்டதை உணர்ந்தேன்.

இதைப் போல நல்ல பல ஆன்மிக கட்டுரைகளைத் தருமாறு மங்கையர் மலரை வேண்டுகிறேன்.

- ரெமி ராகவேந்திரன்,
காரைக்குடி.



மங்கையர் மலர் டிசம்பர் இதழில்
ங்களுடைய வாசகி எழுதியனுப்பி
ருந்த ஒரு விஷயத்தை ஆர்வத்
டன் வெளியிட்டிருந்தோம்.
ஷயம் இதுதான், "சீனியர்
ட்டிஸனுக்கு டெலிபோன்
ட்டணத்தில் 25% சலுகை
ண்டு என்பதுதான்!
ாசகர், வாசகியர் ஆயிரக்
ணக்கில் பேசியும்
ழுதியும் கேள்விக்
ணையால் தாக்கியது
ருபுறம் - பி.எஸ்.
ன்.எல்லிலிருந்து எங்
ளிடம் அப்படி ஒரு திட்
மே இல்லையே. ஆனால்,
கட்டிருக்கிறோம் என்ற
தில் ஒருபுறம். அந்த
ாசகியிடம் கேட்ட
பாது, "மஹாராஷ்டிரா
டெல்லியில் மட்டும்
ான் இப்படி!" என்
ார். அடக்கவுளே -
ழுதை அவர் குறிப்

ஹலோ! மி(னி)ஸ்டர் தயாநிதி மாறனோட பேச முடியுமா?

பிடாததால் வந்த
நழப்பம். எந்தக் குழப்
த்திற்கும் தெளிவான
ர்வு உண்டு என்பது
ங்கள் நம்பிக்கை.

கேட்டவர்களுக்கெல்லாம் 'இங்கும் சலுகை வரும். அதற்கான
காரிக்கையை பத்திரிகை மூலம் வெளியிடுவோம்' என்று ஆறுதல்
சான்னோம்.

"ஏன், அந்த இரண்டு மாநிலங்களில் மட்டும்தான் முதியோர்கள்
இருக்கிறார்களா? எப்படி இரயில்வேயில் இந்தியா முழுதும் சலுகைகள்
பெறப்படுகிறதோ அதே போலத்தானே தொலை தொடர்புத் துறைக்கும்.
அதுதானே நியாயம்" இப்படி போனிலேயே எங்களிடம் ஆதங்கத்தை
வெளியிட்டார்கள் பலர்.

"சரி விடுங்க. நம்ப மங்கையர் மலரில் போட்டு சீனியர் சிட்டிசன்களுக்கு
இந்த சலுகை கிடைக்க வழிசெய்யுங்களேன்" இது சில 'பெரிசு'களின் கோரிக்கை.

ஆக, அத்தனை நெஞ்சங்களின் புலம்பல்களையும் கோரிக்கைகளையும் தயாநிதி
மாறனின் முன் வைத்தாகி விட்டது.

இனி, தயாநிதி மாறன் தயை செய்வாரா? (-ஆர்.)





நீங்கள் காட்டிய பா(ய)சமே சான்று!

✉ கார்த்திகை மாத ஸ்பெஷல் பிரமிக்க வைத்து விட்டது. இதற்கு நீங்கள் காட்டிய பா(ய)சமே சான்று!

வியாசர்பாடி, சுகந்தி நாராயண்.

✉ எங்களுக்காக (நீரிழிவு நோயாளிகளுக்கு) தரப்பட்ட சர்க்கரை இல்லாத இனிப்புகள் இனிப்பே இல்லாமல் தித்தித்தன!

தாம்பரம், எஸ். ரமாமணி.

✉ மங்கையர் மலர் மற்றும் OKJ ஜுவெல்லர்ஸ் நிறுவனமும் இணைந்து நடத்தும், 'மணிமங்கை' போட்டியில் சென்ற இதழில் வெற்றி பெற்ற கே. வத்சலா, புனே வாசகி கண்டு என்னுடைய மனம் மிகவும் மகிழ்ச்சி அடைந்தது. காரணம் : நான் நவம்பர் 2003 இதழில் எழுதியிருந்த 'வெட்டிங் பொக்கே' செய்முறையைத் தெளிவாகக் கற்று அதன் படியே அவர் அதனை செய்து பலன் பெற்றிருந்தார். இதழுக்கு எனது மனமார்ந்த நன்றி.

சென்னை, எல்என். சுமதி.

✉ மங்கையர் மலர் வயதான, என் போன்றவர்களுக்கு ஒரு வரப்பிரசாதம் என்றால் மிகையில்லை. தேவையான உடற்பயிற்சி உட்பட பல உபயோகமான குறிப்புகள் எல்லாம் படிக்கப் படிக்க, பயனுள்ளதாக இருந்தன.

பெங்களூர், எஸ். முனியம்மாள்.

✉ டிசம்பர் 2005 மங்கையர் மலரில் பக்கம் 34ல் திரு விஸ்வநாதன் அவர்களின் கண்டுபிடிப்பான 'அழகி' என்ற தமிழ் மென் பொருளைப் பற்றி தெரிவித்து இருந்தீர்கள் மிக்க நன்றி. அந்த மென் பொருளை எப்படிப் பெறுவது? எங்கே கிடைக்கும்? என்பதைத் தெரிவிக்கும்படி அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ஸ்ரீரங்கம், சேவகபெருமாள்.

(இதுபோல் நிறைய வாசகர்கள் தொடர்பு கொண்டு கேட்பதால் 'அழகி'யின் தொலைபேசி எண் இதோ : 520 24 66 இணையதள முகவரி : azaghi.com)

✉ ஹிந்தியில் மங்களா ராமச்சந்திரன் எழுதிய 'ஆணவம்' நெடுங்கதையை ஜி.ஜி. அவர்கள் சரளமாக மொழி பெயர்த்துள்ளார். 'அலகாபாத்' என் குறிப்பு இல்லையேல் இது முழுக்க முழுக்க தமிழ்க் கதையாகவே தோன்றும்.

தஞ்சாவூர், வி.ஆர். பட்டம்மாள்

✉ 'காலடிச் சுவடுகள்' இரண்டு பக்க தலையங்கம் மட்டுமல்ல. எங்களின் உள்ளம் வெளிப்பாடும் கூட...! நடந்தவை கடந்தவையாக இருக்கட்டும். "இனிவரும் காலம் நன்மையும் அமைதியும் நிறைந்த பொற்காலமாக விளங்கட்டும்..." என்ற ஆசிரியரின் பிரார்த்தனை என்றுமே வீண்போகாது.

திருவாரூர், வாணி ராமசுப்ரமணி

✉ படுதலம் சுகுமாரனின் 'தேவைகள் ஆயிரம்' படுசூப்பர்! எங்களுடைய ஆயிரம் தேவைகளிலும், முக்கியத்துவம் வாய்ந்த தேவைகளில் ஒன்று, இதுபோன்ற கருத்தாழம்மிக்க கதைகளை மங்கையர் மலர் மேலும் மேலும் அள்ளி வீச வேண்டும் என்பதே!

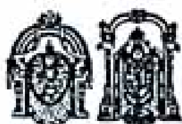
சென்னை, நிர்மலா மாருதுபூதம்

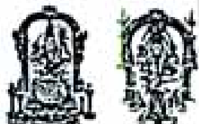
✉ 'முதியவர்களே எழுங்கள்' கட்டுரை என்னைப் போல் உள்ள முதியவர்களுக்கு உற்சாக டானிக் என்றால் மிகையே அல்ல. ஐயோ! வயதாகி விட்டதே என்று மனம் எண்ணினால், உடல் ஆரோக்கியமும் கெடும். மனதை இளமையாக வைத்துக் கொண்டால், முதுமைக்கு விடுதலை!

கோயமுத்தூர், பி.வி. அனந்தமணி

✉ தங்களது டிசம்பர் மாத மலரில் ஈச்வரி ஜெகதீச்வரி படித்தேன். முக்கடலின் ஓசையில் மோனத்தவம் இயற்றும் 'குறுநகை தவழும் அந்த கன்னித் தெய்வத்தின் திருவுருவம் அதனைச் சார்ந்த இறைபூர்வமான விளக்கங்களும் எங்களைப் பரவசத்தில் ஆழ்த்தின. இன்று மக்களிடையே அதிகப் பக்தி உணர்வை ஏற்படுத்துவதே உங்களைப் போன்ற இறையுணர்வுமிக்க படைப்பாளிகளின் சீரிய படைப்புக்களே என்றால் அது மிகையில்லை.

கும்பகோணம், ஜி. துளசி கணபதி





வெள்ளி விழா மலர் குறித்த செய்திக்குப் பக்கத்தைப் புரட்டுங்கள்...



என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்



பிப்ரவரி 2006

ஆண்டு மலர், வெள்ளி விழா இரட்டைச் சிறப்பிதழ்

அடுத்த இதழ் வெள்ளி விழா சிறப்பிதழாக அதிக பக்கங்களுடன் இரண்டு புத்தகங்களாக மலரப் போகிறது.

* புதிய வடிவமைப்பு
* புதிய அம்சங்கள்
* புதிய மெருகுடன்...

புதுப்புது விஷயங்களை சுவைத்திட காத்திருங்கள்!



அன்பு வாசகியரே,

இன்றைக்கு நாட்டின் விலைவாசி உயர்வு பற்றி, வீட்டுச் செலவு பட்டியல் தயாரிக்கும் இல்லத்தரசியாகிய நீங்கள், நன்கு அறிவீர்கள். காஸ் விலையேற்றம், தங்கம் விலையேற்றம்... எதுதான் விலை உயரவில்லை? பத்திரிகைக்கு அடிப்படையான காகிதமும் விலையேற்றத்திலிருந்து தப்பவில்லை! இன்றைக்கு பத்திரிகைக் காகிதத்தின் விலை, யானை விலை குதிரை விலையாக ஏறிப்போய் எங்களைத் திணறடிக்கச் செய்கிறது. இந்த விலை ஏற்றத்தின் விளைவாக மங்கையர் மலர் இதழின் விலையேற்றமும் தவிர்க்க முடியாததாகி விட்டது.

2006-ம் ஆண்டு பிப்ரவரி இதழ் முதல் ரூ. 18/- ஆக விலை உயர்கிறது. விலை உயர்ந்தாலும் பிப்ரவரி 2006, ஆண்டு மலர் இரட்டைச் சிறப்பிதழாகவும், மார்ச் இதழ் முதல் வாசகியரின் மனம் குளிர **மங்கையர் மலர் • மங்கையர் மலரின் திருமண மலர்** என்று இரண்டு இதழ்களாகவும் வெளிவருகிறது!

ஆகவே, அன்பு வாசகியரே, இவ்விலையேற்றத்தை ஏற்று உங்கள் வீட்டுச் செலவு பட்ஜெட்டில் உங்கள் மங்கையர் மலருக்கென்று கூடுதலாக இரண்டு ரூபாயை ஒதுக்கி பன்மடங்கு பயன்பெற வேண்டுகிறோம்.

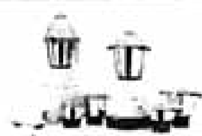
- பதிப்பாளர்



Premier

Festival Offer









சிறப்புச் சலுகை 30% தள்ளுபடி

உங்களால் நம்ப முடிகிறதா?

நம்புங்கள்.

பெற்றிடுங்கள், ரூபாயில் 5 3 நான்-ஸ்டிக் பாத்திரங்களை.

முந்துங்கள் ! இந்த வாய்ப்பு சரக்குகள் உள்ளவரை மட்டுமே.

Available at Tamilnadu & Pondicherry

போஸ்ட் கார்டு போட்டி முடிவுகள்

குழந்தை வளர்ப்பில் தடைக்கல் எது?

முதல் பரிசு ரூ. 1000/-

பாலூட்டி வளர்த்த என் முகம் அவளின் மனத்தில் பதியவில்லை. பகலெல்லாம் பாலூட்டி, சீராட்டி, சோறூட்டினாளே என் தாய் அவளன்றோ என் குழந்தைக்குத் தாயாகிப் போனாள்.

தொழில் பயிற்சிக்காக என் கணவர் தொலைதூரம் போனார். என் பெற்றோர்களின் நிழலில் நானும் என் பெண்ணும். என் பெண்ணின் எதிர்காலம் கருதி நான் சம்பாதிக்கச் சென்றேன். வீட்டிற்கு வந்த விருந்தினர், 'ஐஸு! உன் அம்மா எங்கே?' என்று கேட்டனர். சுட்டும் பிஞ்சு விரலால் என் அம்மாவைச் சுட்டிக்காட்டினாள். சுருக்கென்று நெஞ்சில் முள் தைத்த வலி!

ஒன்றை அடைய வேண்டும் என்றால் மற்றொன்றை இழந்தாக வேண்டும் என்பது இயற்கையின் நியதியாமே?

நான் தங்கத்தை அடைய என் வைரத்தை இழந்து விட்டேனே!

என் குழந்தை வளர்ப்பில் தடைக்கல்லாக இருந்த பணமே நீ பாதாளம் சென்று விடு!

உன்னைத் தேடுவோர்க்கு நீ கிடைக்காமல் தொலைந்து போ!

- மீனா சுபாஷ், மாடம்பாக்கம்.

இரண்டாம் பரிசு ரூ. 500/-

"**அ**ந்தக் காலத்தில் நாங்கள்தான் எதையும் அனுபவிக்கவில்லை. இந்தக் காலத்தில் எங்கள் குழந்தையாவது அனுபவிக்கட்டுமே" என்று கேட்டதெல்லாம் வாங்கிக் கொடுக்கும் மனநிலை.

பதினைந்து வயதிற்குள் ஆயகலைகள் 64ல் குறைந்தது பத்தையாவது அந்தப் பிஞ்சுக் குழந்தைகளின் மூளைக்குள் திணிக்க நினைக்கும் பேராசை.

'என் பிள்ளை எனக்கு மட்டுமே சொந்தம்' என நினைக்கும் ஒருசில தாய்மார்களின் மனோபாவம்.

"சம்பாதிப்பது மட்டும் என் கடமை மற்றவை உன் கடமை" என்று 'ஹாயாக' இருக்கும் ஒருசில தந்தைமார்.

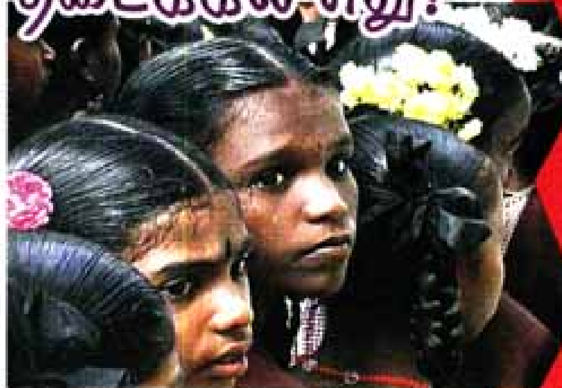
"அந்தக் காலத்தில் நாங்களெல்லாம் இப்படியா இருந்தோம்? உன் அப்பா, சித்தப்பா எல்லோரும் எப்படி வளர்ந்தார்கள் தெரியுமா?" என்று பழம்பெருமை பேசி, பேரப்பிள்ளைகளைக் கடுப்படிக்கும் பாட்டன், பாட்டிமார்கள்.

இவர்கள் எல்லோருமே பிள்ளை வளர்ப்பில் உள்ள சில தடைக்கற்கள்.

- வி. காமாக்ஷி, சென்னை - 78.

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 300/-

பாட்டி இல்லை தாலாட்டு பாட,
தாத்தா இல்லை நல்வழி காட்ட,
பெரியப்பா, சித்தப்பா, அத்தை, மாமா



யாருமில்லை நேசம் காட்ட,
சகோதரன், சகோதரி, அத்தை மகள், மாமன் மகன்
என ஒருவருமில்லை கூடி விளையாட,
எஞ்சியிருக்கும் அம்மா அப்பாவோ
அலுவலகம் சென்றிட,
ஐயகோ...
குழந்தை வளர்ப்போ வேலைக்காரர் கையில்...

ஆக, தனிக்குடித்தனமே தடைக்கல்



மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா



தகர்க்குமோ இதை நம் சமுதாயம்?

- ருக்மணி பிரசாத், முகப்பேர்.

கல்லாக நிற்பது பணம் என்ற போதை தான் காரணம்.

- கே. ராதிகா, கரூர்.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 200/-

அம்புலி மாமாவைக் காட்டி அமுதூட்டியது அந்தக் காலம். அரக்க பரக்க ஆபீசுக்குப் போகிறேன் என்று 'ஆயா ஊட்டுவது இந்தக் காலம். பொன்னும் பொருளும் சேர்ப்பது உங்களுக்குத் தானே' என்று காலில் சக்கரம் கட்டிக் கொண்டு பறந்து ஓடி ஓடி உழைத்து ஓய்ந்ததுதான் மிச்சம். குழந்தையைக் கொஞ்சவோ ஆசையுடன் உச்சிமுகர்ந்து முத்தமிடவோ நேரம் கிடையாது. அவசர உலகில் எல்லாமே இயந்திரகதியாகிப் போனது.

ஆக, குழந்தை வளர்ப்பில் தடைக்

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 200/-

கிராமத்து வாசிகளுக்கோ
வறுமையும் வசதியின்மையும்
படிப்பும் பணம் இல்லாமையுமே
குழந்தை வளர்ப்பில் தடைக்கல்
ஆகும்.
ஆனால்,
நகரத்து வாசிகளுக்கோ
வளமையும் வசதியும்,
படிப்பும் பணம் இருந்தும்
போதுமான 'நேசம்' இன்மையே
குழந்தை வளர்ப்பில் தடைக்கல் ஆகும்.

- ந. பூமாலை,நெய்வேலி - 2.

ஜனவரி 2006 மாத மெகா போட்டி முடிவு

பரிசுகளை வழங்குவோர்:



போத்தீஸ்

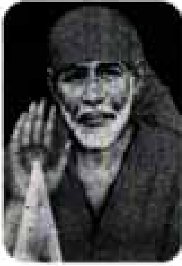
5 நபர்களுக்கு பட்டுப்புடவை

A விடை : 3

B விடை : 5

பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலி நபர்கள் :

1. எஸ். அருணா, நொய்டா.
2. வி.எம். க்ளோரி, கோத்தகிரி.
3. என். ஷர்மிளா, குன்னூர்.
4. எம். கீதா, காஞ்சிபுரம்.
5. சாந்தி சேகர், திருவள்ளூர்.



Om Sai Sri Sai Jai Jai sai

SHRI SAI CHARAN TRUST

140, First Floor, Seshan Complex, Anna Salai, Saidapet,
Chennai - 15. Ph : 55638612. Mobile : 9444376887
Email : sainov23@hotmail.com
http://saidarbarusa.org/saicharan

அன்புடனும், பக்தியுடனும் யாரொருவர் எனக்கு ஒரு இலை, ஒரு மலர், ஒரு பழம் அல்லது தண்ணீரை சமர்ப்பிக்கிறார்களோ அந்தத் தூய்மையான தன்னடக்கமுடையவருடைய அன்புக் காணிக்கையானது ஆர்வத்துடனும், தாமதமின்றியும் என்னால் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகிறது.

- பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர், பகவத் கீதை

பேரன்புடைய சாயி பக்தர்களே,

பகவான் ஷீரடி சாயி பாபாவின் மகத்தான கருணையாலும் நல் ஆசியாலும், மேற்படி அறக்கட்டளையினால் ஷீரடி சாயி பாபாவின் ஆலயம் (உத்திர ஷீரடி) மற்றும் இலவச மருத்துவமனை ஒன்றையும் சென்னை திருச்சிராப்பள்ளி மார்க்கத்தில் (சென்னையிலிருந்து 89 கி.மீ. தொலைவில்) மதுராந்தகம் அருகில் உள்ள நேத்தப்பாக்கம் என்ற கிராமத்தில் ரூ.50 இலட்சம் அளவில் கட்ட இருக்கின்றோம்.

மேற்படி ஆலய கட்டுமான வேலையினை வருகின்ற பிப்ரவரி மாதம் 2ம் தேதி, 2006 ஆரம்பிக்க திட்டமிடப்பட்டுள்ளது.

தனது மட்டற்ற அருளை மனித சமுதாயத்தின்பால் ஜாதி, மத, இன வேறுபாடின்றி வழங்கி வரும் பகவான் **ஸ்ரீ ஷீரடி சாயி பாபாவின்** ஆலயத் திருப்பணிக்கு சாயி பக்தர்களாகிய தாங்கள் தாராளமாக நன்கொடைகளை தர வேண்டுகிறோம். பணமாக உதவும் அன்பர்கள் தவிர, மேற்படி கட்டட நிர்மாணத்திற்கு பொருட்களாக தர விரும்புவர்கள் அவ்விவரத்தை அறக்கட்டளை யினரிடம் தெரிவிக்க கோருகிறோம். இவ்விதம் வழங்கப்படும் உதவிகளுக்கு தனிப்பட்ட ரசீதுகள் வழங்கப்படும்.

நன்கொடைகள் 'Account Payee' Crossed Cheque / Demand Draft-ஆக **"SHRI SAI CHARAN TRUST"** சென்னை என்ற பெயரில் எடுக்கப்பட்டு மேற்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்ப வேண்டுகிறோம்.

ஜெய் சாயிராம்





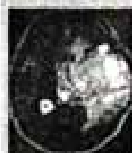
Dr. K. Sri Sridar

கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

குருபாலா கிளினிக்கின் Herbal Oncology™ சிகிச்சை

மீண்டும் மகிழ்ச்சியை உங்கள் இல்லத்திற்கு கொண்டு வருகிறது.

GLIOBLASTOMA MULTIFARMA (மூளை கேன்சர்)



Before Treatment

Significant increase in the size of the lesion with increase in mass effect and Perilesional Oedema

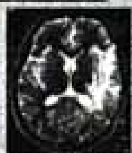
Date: 08.06.04



After 70 Days

Significant reduction in the Perilesional Oedema and Mass effect there is minimal reduction in the size of the lesion.

Date: 14.07.04

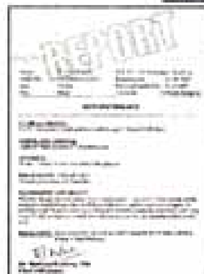


Latest Report

Significant reduction in the size of the tumor, the enhancing component as well as the Perilesional Varogenic Oedema

Date: 22/09/05

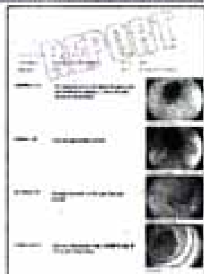
CA. OESOPHAGUS (உணவுக் குழாய் புற்று நோய்)



Before Treatment

POST CT / RT RECURRENCE

UGI SCOPY Report
Date: 21.04.05



After 97days
Herbal Oncology

NORMAL STUDY

UGI SCOPY Report
Date: 27.09.05

CA. BREST TO LUNGS (மார்பக புற்றிலிருந்து நுரையீரல் புற்றுநோய்)



Before Treatment

NODULAR OPACITIES SEEN IN BOTH LUNG FIELDS METASTATIC DEPOSITS

Chest X-ray *Date: 08.06.05*



After38 days

LESION LESS PRONOUNCED

Chest X-ray
Date: 21.07.05



After 68 days
Herbal Oncology

NORMAL STUDY

Chest X-ray
Date: 09.09.05

கை விடப்பட்ட கேன்ஸரா ? கவலை வேண்டாம்

எல்லாவித புற்று நோய்க்கும் சிகிச்சை உண்டு. நோயாளி நேரில் வர வேண்டியது இல்லை. முழுமையாக எல்லா ரிப்போர்ட்டுகளையும் அனுப்பி வைக்கவும். Herbal Oncology™ சிகிச்சை என்பது டாக்டர் கே. ஸ்ரீ ஸ்ரீதர் வடிவமைத்த அர்க்க முறையாகும். பத்தியம் இல்லை. மற்ற மருந்துகளோடும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். வாழும் போது நோய் தொல்லை குறைந்து நிம்மதியாக சந்தோஷமாக வாழலாம். அவர்களின் வாழ்நாள் 40% அதிகரிக்க முயற்சிக்கலாம். இந்த Herbal Oncology™ சிகிச்சை பயனுள்ளதாக அமைகிறது. டாக்டர்களால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிகளும் உடனே நன்மை அளிக்கிறது.

Royale Apartment, 6, Manner Reddy Street, (Opp. Street to T.Nagar Bus Terminus)T.Nagar, (Next to Krishnaveni Theatre)
Chennai - 600 017. **CLINIC : Ph : 044 - 24339596, 24363835**
Cell : 98401 48808
TIMINGS : 10.00 am to 5.30 pm
On **Sundays** : 10.00 am to 12.00 Noon

Gurubalaa™ Clinic



Speciality Clinic for Herbal Oncology™ and Asthma

அனைத்து நோய்களுக்கும் சிகிச்சை அளிக்கப்படும்.

நேரில் வரமுடியாதவர்கள் தங்கள் நோயின் விவரத்தை எழுதி அனுப்பினால் கூரியர் மூலம் மருந்துகள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

For more details logon to: www.herbaloncology.com

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 06 - 08 * Licensed to post without prepayment under PMT's License No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 06 - 08 * Registered as a Newspaper in Srilanka

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

பெட்டகம் 2

ஜனவரி 2006



'பொங்கும் மங்கலம் எங்கும் தங்க வேண்டும்' என்பதுதான் தை பிறந்தால் காதில் கேட்கும் வாழ்த்து! ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் ஒற்றுமை நிலவி மகிழ்ச்சி பொங்க வேண்டும்! குடும்பம் என்றிருந்தால் எவ்வளவோ மனத்தாங்கல்கள், விரிசல்கள், பொருமல்கள் இருக்கத்தான் செய்யும். தைப் பொங்கல் விழா வேற்றுமையை மாற்றும் நல்ல பண்டிகையாக விளங்குகிறது.

பிறந்த வீட்டுப் பெருமையில் பூரிப்பவள்தான் பெண். அவளுக்குத் தனது பிறந்த வீட்டிலிருந்து பொங்கலுக்குத் தரப்படும் மஞ்சள் குங்குமம் கோடிக்குச் சமம். ஒரு வீட்டுப் பெண் இன்னொரு வீட்டு மருமகளல்லவா? ஆக நாத்தியும் மதனியும் மகிழ்ந்து இணைந்தாலே குடும்பங்கள் தழைக்கும். யார் யாருக்கோ பரிசுகள் தருகிறோம். நாம் வாழும் வீட்டுப் பெண்ணுக்கு அன்போடு சீர் அளிப்பதில் குறையெதற்கு?

முத்துக் குளிக்கும் தூத்துக்குடியில் அற்புதமான பழக்கம் ஒன்று உண்டு. ஆழ்கடலில் முத்தெடுக்க மூழ்குபவனுடைய இடுப்புக் கயிற்றை மைத்துனன்தான் பிடித்திருப்பானாம். வேறு யாரையும் நம்ப மாட்டார்களாம். காரணம் தன் சகோதரியின் வாழ்வு சிறக்க வேண்டும் என்ற நல்லெண்ணம் ஒரு சகோதரனை விட வேறு யாருக்கு இருக்க முடியும்!

உங்களுடைய உடன்பிறப்புகள் சிறப்பாக வாழ வாழ்த்தும் அன்பின் வெளிப்பாடாகப் பொங்கல்சீர் மலரட்டும்.

என்ன தரலாம்? எப்படித் தரலாம்?

கடைகளில் இப்போது பல வண்ணங்களில் கிடைக்கும் சற்று அகலமான 'ட்ரே'

நாத்தி – மதனி நல்லுறவு தழைக்க...



அல்லது மூங்கில் கூடையில் ஒரு மீட் டருக்குக் குறையாத நல்ல ரவிக்கைத் துணி, கால் கவுனிக்கு (25) குறையாமல் வெற்றிலை, கைநிறையப் பாக்கு, கொத்து மஞ்சள், குங் குமம், தேங்காய், வாழைப் பழம், ஐந்தாறு முழம் பூ, சீப்பு, சிறு கண்ணாடி, வளையல் கள், பதினொரு ரூபாய் பணம் (ஒரு ரூபாய் நாணயமாக மாற்றித் தருவார்கள்) அத்தனை யும் அழகாக





அடுக்கி வைத்துத் தந்து வணங்கலாம். இதற்கு மேல் அவரவர் விருப்பப்படி, புடைவை, கரும்பு இதெல் லாம் கூடத் தரலாம்.

சகோதரன் கையில் தாம்பூலம் தந்து வீட்டில் உள்ள சிறுமியருக்கும் கொடுக் கும்படிச் செய்தால் பின்வரும் நாட் களில் சகோதரிக்குச் சீர் தர வேண்டும் என்ற எண்ணம் அவன் மனத்தில் தொடர்ந்து வரும். ஒரு பெண் ஒரு பையன் என்ற சிறு குடும்பத்தில் இந்தக் கருத்தை இப்போதே மனதில் விதைப்பது உங்கள் கடமை! கொடுப்பதிலும் பெறுவதிலும் அன் பும் ஆனந்தமும் தழைக்கட்டும்!

மஞ்சள் இடிக்கும்போது சொல் லும் மங்கல வாழ்த்தை மறுமுறை சொல்லும்படிக் கேட்டிருந்த சகோ தரி கவிதா மணியனுக்காக இதோ :

தாயோடும் தந்தையோடும்
சீரோடும் சிறப்போடும்
பேரோடும் புகழோடும்
பெருமையோடும் கீர்த்தியோடும்
சிறுவயதில் தாலிகட்டிப்
பெரியவனாகிப் பிள்ளை பெற்று
கொண்டவன் மனம் மகிழத்
தையல் நாயகி போலத்
தொங்கத்தொங்கத்
தாலிகட்டித்
தொட்டிலும் பிள்ளையுமாக
மாமியார் மாமனார்மெச்ச நாத்தியும்
மதனியும் போற்றப்
பிறந்தகத்தோர் பெருமை விளங்கப்
பெற்ற பிள்ளைகள் ஆயுள் ஓங்க
உற்றார் உறவினரோடு புத்தாடை
புதுமலர் சூடி
புது மாப்பிள்ளை மருமகனோடு
புதுப்புது சந்தோஷம் பெருகி
ஆல்போல் தழைத்து அருகுபோல்
வேரோடி
என்றென்றும் வாழணும் எப்போதும்
சிரித்த முகத்தோடு இருக்கணும்!

இதெல்லாம் எதற்குச் செய்ய வேண் டும்? அன்பான சூழலில் குடும்பங்கள் இணையும்போது குறையில்லாத குழந் தைகள் பிறக்கும். உங்கள் தலைமுறை வள மோடு வாழும்!

- ரேவதி சங்கரன்

படங்கள் : **ஸ்ரீஹரி**



பணம் வளர்ந்த கதை!

"ஹே... ஹே... என்ன இது? ஒளிச்சு ஒளிச்சு வைக்கறே?" என்று கேட்டேன் உமாவை.

"உனக்குக் கூட தெரியாம சில விஷயங்களை மறைக்கலாம் என்று முடிவு பண்ணிட்டேன்'' என்றாள் உமா.

"இனிமேல் முடியாது சொல்லு. என்னது அது?'' என்றேன்.

''சரி, நல்லதுன்னா நீயும்தான் தெரிஞ்சுக்கோயேன்'' என்று ஒரு புத்தகமாட்டம் சிறிய பாஸ் புக்கை நீட்டினாள்.

வாங்கி மேலே பார்த்த போதே ஏதோ சேமிப்புக் கணக்குப் புத்தகம் போல் தோன்றியது. உள்ளே திறந்து பார்த்தேன். வாவ்! பத்தாயிரத்துக்கும் மேல் சேர்ந்திருந்தது. ''என்ன உமா? நீ கூட இப்படி ரகசிய விந்தைகள் புரிகிறாய், உனக்கு வெளியில் சென்று ஒன்றுமே பண்ணத் தெரியாதே" என்றேன்.

"சரிதான் மகா நீ சொன்னது. ஆனால் ஒருநாள் கொஞ்சமாகப் பணம் தேவைப்பட்டபோது உடனே கிடைக்கவில்லை. யாரிடமும் சென்று கேட்கவும் நான் விரும்பலை. அன்னிக்கு பட்ட சிரமம் இன்னிக்கு இதுல இவ்ளோ சேர்க்க வைச்சது. பாரேன் அந்தக் கணக்கு ஆரம்பித்து இரண்டு வருஷமாச்சு" என்றாள் உமா.

''சரி பத்தாயிரம் எப்படிச் சேர்ந்தது?''

''ரொம்ப ஸிம்பிள்! சில சமயம் கடைக்குப் போகும் போது தேவையானதை வாங்கிட்டு, ஏதாவது புதுசா வந்திருந்தா உடனே வாங்கணும்னு தோன்றுகிற ஆசையைக் கட்டுப்படுத்திக்கிட்டேன். அப்படின்னா உடனே தேவையைக் குறைச்சுக்கிட்டேன்னு நினைச்சுடாதே. ஒண்ணுக்கு இரண்டா வாங்கிண்டா ஊசிப் போயிடாது அப்படின்னு ஒரு வருஷம் வைச்சுக்கற சாமானை, ஒரே சமயத்தில் இரண்டு வாங்கறதை இப்படி எல்லாம் நிறுத்தினேன். அது கூட அந்த நினைப்பு ஏன் வந்த துங்கறே? இந்தக் கணக்கு ஆரம்பிச்சப்புறம் தான். அதுவும்



எப்படி? 'முதலில் குறைஞ்சது ரூ. 500 போடணும்' என்றார்கள். 'ரூ. 500ஆ' என்றேன். 'ஆரம்பியுங்கள் அப்புறம் பாருங்கள்' என்றார்கள் வங்கியில்.

வங்கிக்கு எல்லாம் திரும்பத் திரும்பப் போகணுமே, நம்மால் முடியாது. இதைக் கொண்டா, அதைக் கொண்டா, லொட்டு லொசுக்கு என்பார்களே என எண்ணிப் பின்வாங்கினேன். ஹ¬ம்ஹ¬ம். முயல வேண்டும் என்கிற உத்வேகத்தில் ஆரம் பித்தேன். ஆரம்பித்த ஒரு மாதத்தில் நாலு தடவை இப்படிப் போய் சிறுகச் சிறுகப் பணம் போட்டு விட்டு வந்ததில் 500 ரூபாய் 1100 ரூபாயாக மாறி விட்டிருந்தது.

அடடா, இவ்வளவு சீக்கிரம் ரூபாய் வளருமா என்று யோசித்தேன். ஆம் பழையதாகி விட்டது என்று கொஞ்சம் புது டப்பாவைக் கூட தூக்கி எறிந்து விட்டுப் புத்தம் புது டப்பாக்கள் வாங்கு வதை நிறுத்தினால் ரூ. 100 மிச்சம். நூறு ரூபாய் நோட்டை மாற்றிய சில்லறையைக் கூடக் கவனமாக செலவழித்தால் சில் லறையாக மொத்தம் 100 ரூபாய் இருப்பது தெரியவரும்.

அதையெல்லாம் சேர்த்து ஒரு தடவை வங்கிக்குப் போனால் அத்தோடு இது - அதுதான் பணம்! பெரிசு ஆகறது என் பதைக் கண்கூடாகப் பார்த்தேன். இது சின்ன விஷயம். இது எல்லார்க்கும் தெரி யாதா என்ன? என்றுதான் உன்னிடம் இத்தனை நான் சொல்லலை. அது மட்டும் இல்லை. மகா, சுருக்கமா மகான்னு கூப் பிடற உன் மகதிங்கற பேருக்குள் இந்த ஜகமே அடங்கியிருக்காப்பல இந்தப் பணம்ங்கற பேருக்குள் ஒரு பெரிய சாம்ராஜ்யமே அடங்கியிருக்கு. உள்ள பூந்து வெளியே வரணும்னா நிறையத் தெரிஞ்சுக்கணும்'' - மூச்சுவிடாமல் சொல்லி முடித்தாள்.

''ஓ அப்படின்னா இந்த ஒளிச்சு வைச்ச விஷயத்தை விட நிறைய ஒளிச்சு வைச்சிருக்கேன்னு சொல்லு" என்றேன் நான்.

"இல்ல. இல்ல. வெளியில இருக்கற எல்லா நல்ல விஷயங்களிலேயும் கொஞ்சம் தெரிஞ்சுக்க ஆசைப்பட்ற தோட ஆரம்பம் இதுதான்னு சொல் றேன்."

"சரி, வேறென்ன இருக்கு?" என்றேன் நான்.

"முதல்ல இந்தக் கணக்குகளை எப் படித் திறக்கணும்? எங்கெங்கே அணு கணும் என்றெல்லாம் தெரிஞ்சுக்கலாம். அப்புறம் மேல பார்க்கலாம். கிளம்ப லாமா இப்போ? புது டிசைன் கெட்டில் வந்திருக்கு. காப்பி ஜலம் கொட்ட ஃபைபர் பிடி வசதியா இருக்குன்னியே வரியா?" என்றாள்.

"வேண்டாம் உமா. முதல்ல வீட்டுல பிடி போட்ட பாத்திரம் ஏதாவது பரண் மேல போட்டிருக்கனான்னு பார்த்துட்டு நாளைக்குப் போகலாம் என்று அவசர அவசரமாகக் கிளம்பினேன் நான். (பணம் வளர்க்கத்தான்!)

- கீதா

குளிருக்கு கதகதப்பாக...

சுக்கு மல்லி காப்பி



தேவை : தனியா - 2 கப், சுக்கு - 6 துண்டு (பெரியதாக), மிளகு - 1 டேபிள் ஸ்பூன், கருப்பட்டி (சீவியது) 6 டேபிள் ஸ்பூன்.

செய்முறை : தனியா, சுக்கு, மிளகு மூன்றையும் வெயிலில் நன்கு காயவைக்கவும். காய்ந்தபின் மிக்ஸியில் போட்டுப் பொடித்து வைக்கவும். 2 கப் தண்ணீரில் 2 ஸ்பூன் பொடி போட்டு, 6 ஸ்பூன் கருப்பட்டி சேர்த்து நன்கு கொதிக்க விடவும். கொதித்தபின் வடிகட்டிப் பருகவும்.

பயன் : தனியாவைக் கொதிக்க வைத்துக் குடிப்பதனால் கொலஸ்ட்ரால் கட்டுப்படும். ஜீரண சக்தி அதிகரிக்கும். நன்கு பசி எடுக்க உதவும். எளிதில் சளி பிடிக்காது.

- எஸ். தீபலட்சுமி.



வெற்றிப் புன்னகை!



சென்னை, வுட்லண்ட்ஸ் ஹோட்டலில் ஒரு நண்பகல் வேளையில் அந்த இனிமையான விழா தொடங்கியது. இந்தியப் பெண்களின் மதிப்பை உலகுக்கு எடுத்துக்காட்டி, பெண்களின் வரலாற்றில் அழிக்க முடியாத மகோன்னத நிலையை எட்டிப் பிடித்திருந்த மாபெரும் தலைவியின் நினைவாக விருது வழங்கும் விழா!

அவர் வேறுயாருமல்ல, நம் எல்லோர் மனத்திலும், நீங்கா இடம்பிடித்திருக்கும் அன்னை இந்திராகாந்திதான்! அரசியலிலும், பெண்கள் சாதிக்க முடியும் என்பதற்கு இந்திரா காந்தி ஒருவரே போதும்! அப்பொழுதெல்லாம் வானொலியில் இரவு ஒன்பது மணிக்கு நாட்டுத் தலைவர்களின் உரை வரிசையில் இடம்பெறும் இவரின் மின்சாரம் போன்ற பேச்சுக்கு அடிமையாகாதவர் எவரும் இருக்க முடியுமா? என்ன ஒரு கம்பீரமான குரல், ஏற்ற இறக்கத்துடன் இருக்கும் அந்தப் பேச்சில்தான் எத்தனை காந்த சக்தி!



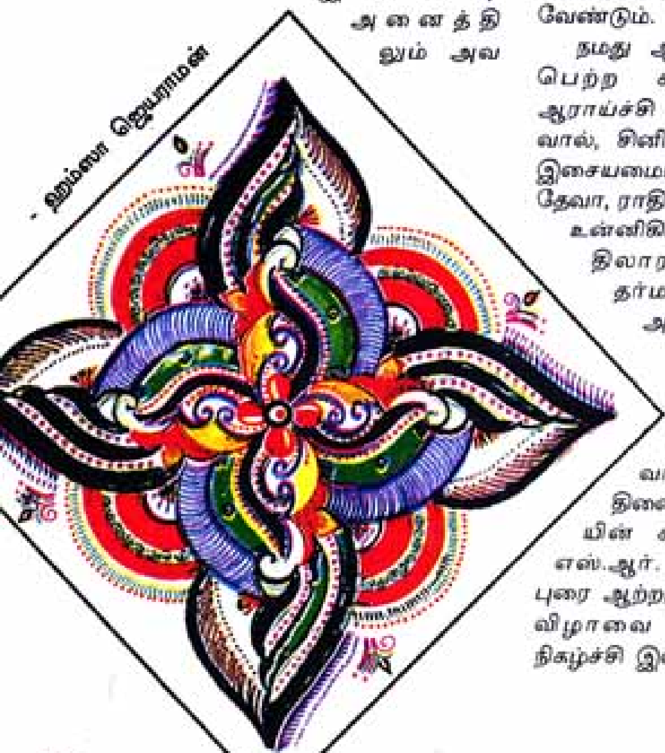
இந்திரா காந்தி என்றாலே நமக்கு முதலில் நினைவுக்கு வருவது அவரது கம்பீரமான உடைதான்! புடைவைக்கு அழகு சேர்த்தவர் அவர். இந்தியப் பெண்களின் பாரம்பரியத்தை உலகுக்குப் பறைசாற்றியவர். உலகமே இந்தப் பெண்மணியைக் கண்டு நடுங்கியது. இவரது நிமிர்ந்த நடைக்கும் நேர்கொண்ட பார்வைக்கும் பாங்கான உடைக்கும் உலகத் தலைவர்கள் தலைவணங்கி நின்றனர்.

(இன்றோ உடை பிரச்னையில் பெண்மை காலடி பட்டு செத்துக் கொண்டிருக்கிறது!)

அந்த மாபெரும் பெண்மணியின் நினைவாக காங்கிரஸ் கட்சி, சமூகத்தில் பல துறைகளில் சாதனை செய்தவர்களைத் தேடிப் பிடித்து 'அன்னை இந்திரா காந்தி விருது' அளித்து, கௌரவித்து மகிழ்வித்து வருகிறது. அப்படிப் பட்ட ஒரு விழாதான் மேற்சொன்ன நிகழ்ச்சி.

விழாவில், மங்கையர் மலர் வெள்ளி விழா ஆண்டில் ஆசிரியர் பொறுப்பை பொது நலமாக கருதி ஏற்றுக்கொண்டு இன்று மங்கையர் மலர் வாசகியர் மனத்தில் மட்டுமல்லாது, ஏவி.எம். நிறுவனத்தின் மங்கையர் சாய்ஸ் வாயிலாகவும் அனைத்து மக்களிடத்திலும் நன்மதிப்பை பெற்று உயர்ந்து நிற்கும் நமது ஆசிரியர் ரேவதி சங்கரனுக்குத்தான் இந்த வருடத்து போற்றுதலுக்குரிய 'அன்னை இந்திரா காந்தி விருது' அளித்து கௌரவிக்கப்பட்டது.

இன்று அனைத்து மீடியாக்களிலும் நமது ஆசிரியர் வலம்வருகிறார். சின்னத்திரை, எஃப்.எம். பண்பலை ஒளிபரப்பு இப்படி அனைத்திலும் அவரது சிரிய பங்களிப்பு இருக்கிறது. "இருக்கும் வரை மக்களுக்கு நல்லது சொல்லி விட வேண்டும். இன்னும் இந்த வாழ்க்கை எத்தனை நாட்களோ, அதற்குள் நான் கற்றுக் கொண்ட அத்தனை நல்ல விஷயங்களையும் மக்களுக்குச் சொல்லிவிட வேண்டும்" துடிப்புடன் இப்படி அவர் சொல்லும்பொழுது, 'ஓ, நாம் எவ்வளவு கொடுத்து வைத்தவர்கள்' என்று எண்ணத் தோன்றுகிறது. அவரது நற்சிந்தனைகளுக்கும் நல்ல உள்ளத்திற்கும் இறைவனாகக் கொடுத்த பரிசு இது என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.



"ஒரு வீட்டில் கணவர் தான் படித்த பத்திரிகையை மனைவியிடமிருந்தும், மனைவி தான் படித்த பத்திரிகையை மற்றவர்களிடமிருந்தும் மறைத்து வைக்கும் சூழ்நிலையாகிவிட்ட இக்காலத்தில், இன்றும் ஒரே வீட்டில் அத்தனை நபர்களும் போட்டி போட்டுக்கொண்டு படிக்கிற ஒரே பத்திரிகை மங்கையர் மலர்தான். இதன் அத்தனை பெருமையும் அதன் ஆசிரியருக்கே" என்று பாராட்டி அளிக்கப்பட்ட இந்த விருது மங்கையர் மலர் வாசகியர் நம் ஒவ்வொருவருக்கும் கிடைத்த நற்சான்றிதழாகத்தான் கருத வேண்டும்.

நமது ஆசிரியருடன் மேலும் விருது பெற்ற சாதனையாளர்கள் கன் ஆராய்ச்சி மருத்துவர் டாக்டர் அகர்வால், சினிமா இயக்குநர் திரு. சேரன், இசையமைப்பாளர் தேனிசைத் தென்றல் தேவா, ராதிகா சரத்குமார், கலை மாமணி உன்னிகிருஷ்ணன், டாக்டர் திருமதி. திலாரா பேகம், டாக்டர். வி. தர்மலிங்கம் மற்றும் திரு ஜஸ். அசோக்.

காங்கிரஸ் எம்.பி. திரு ஜே.எம். ஹாருண் தலைமை தாங்க, தமிழ்நாடு காங்கிரஸ் கமிட்டி தலைவர் திரு ஜி.கே. வாசன் அனைவருக்கும் விருதினை அளித்தார். காங்கிரஸ் கட்சியின் சட்டமன்ற தலைவர் திரு எஸ்.ஆர். பாலசுப்பிரமணியம் சிறப்புரை ஆற்ற, சுத்திபாரா ஜெனார்த்தனன் விழாவை ஒருங்கிணைத்து வழங்க நிகழ்ச்சி இனிதே முடிந்தது.

- சாந்தி ரங்கராஜன்

சிரிச்சு சிரிச்சு

கட்டுரை ஆக்கம் :
ஜி.எஸ்.எஸ்.

ஒருமுறை மயிலாப்பூரில் உள்ள ஒரு பெரிய பூங்காவின் பக்கமாகக் காரை ஓட்டிக் கொண்டு சென்றபோது ஒரு பெரும் சத்தத்தைக் கேட்டு அதிர்ச்சியில் வண்டியை நிறுத்தி விட்டேன். ஆடு கனைப்பது போலவும், கூடவே சிங்கம் கர்ஜிப்பது போலவும் விதவிதமான ஒலிகள்.

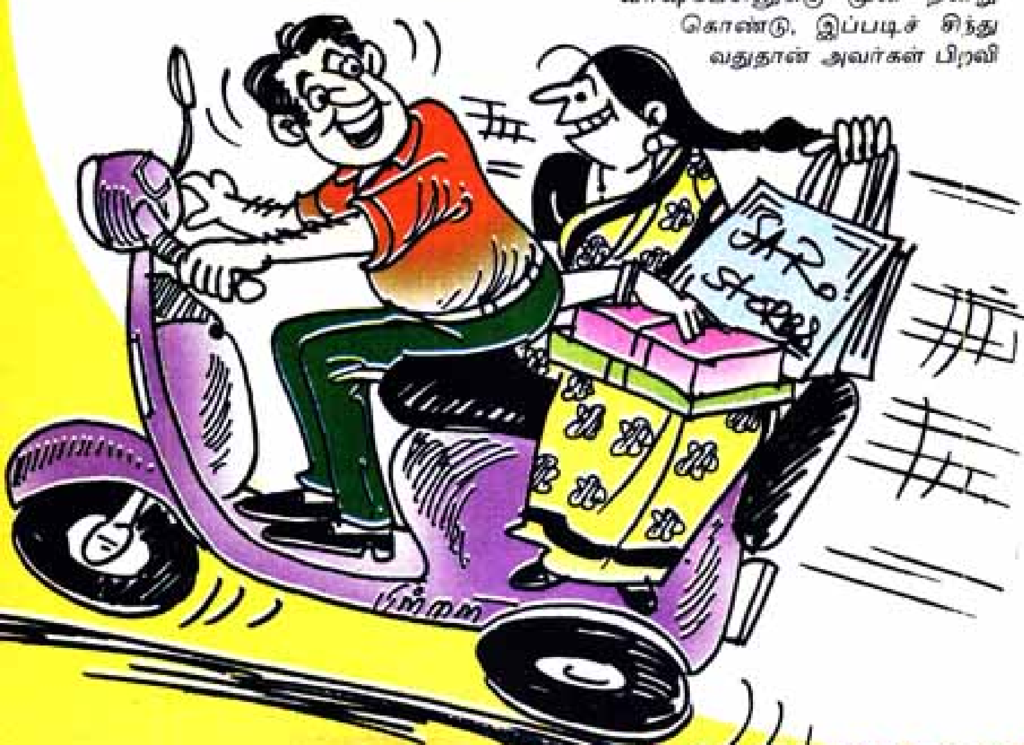
வழக்கமான பூங்கா எப்போதிலிருந்து விலங்கியல் பூங்காவானது? சந்தேகத்துடன் உள்ளே பார்வையைச் செலுத்தினேன். அங்கே கூட்டமாக நின்றுகொண்டு சிலர் சத்தம் போட்டுச் சிரித்துக் கொண்டிருந்தார்கள்.

அவர்களில் எனக்குத் தெரிந்த ஒருவரும் இருந்தார். ஏன் இப்படிச் சிரிப்பாய்ச் சிரிக்கிறீர்கள் என்று கேட்டேன். தொடர்ந்து சிரித்தால் உடலுக்கு நல்லது என்று இப்படிச் சிரிக்கும் குழுவைத் தொடங்கி இருக்கிறார்களாம். "இதற்காகவே நான் சனி, ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் மாம்பலத்திலிருந்து இங்கே வருகிறேன்" என்றார்.

"தும்முவதைப் போலச் சிரிப்பும் இயற்கையாக வர வேண்டும். வேண்டுமானால் ஆளுக்கொரு ஜோக் அடித்துவிட்டு அதற்குச் சிரியுங்கள். இப்படி வேண்டுமென்றே சிரிப்பது சரியில்லை" என்றேன்.

ஒரு மாதம் பொறுத்துதான் நான் சொன்னதன் அர்த்தம் அவருக்குப் புரிந்தது - அளவுக்கு அதிகமாகச் சிரித்து அவர் விலா எலும்பு ஒன்றில் லேசான விரிசல் உண்டானபோது!

சளி வரும்போது மூக்கு சிந்தினால் அப்போதைக்கு நிம்மதிதான். ஆனால் சிலர் வாஷ்பேசினுக்கு முன் நின்று கொண்டு, இப்படிச் சிந்துவதுதான் அவர்கள் பிரவி



எலும்பு போச்சு!

கொஞ்சம் சிரிப்பு -
கொஞ்சம் எலும்பு!

யின் நோக்கமே என்பது போல் மூக்கே கழன்று வந்துவிடும் அளவுக்கு சிந்திவிட்டுக் கொள்வார்கள். இதனால் காதுகள் பெரிதும் பாதிக்கப் படலாம்.



இப்படித்தான் விலா எலும்பை வலுக்கட்டாயமாக வருத்துவதும். விலாநோகச் சிரிப்பது என்பார்கள், ஆனால் உண்மையாகவே விலா எலும்பு நொந்து போனால் அதனால் நிறையக் கஷ்டங்கள் உண்டு தெரியுமா?

முதலில் விலா எலும்புகள் குறித்த சில விவரங்களைப் பார்ப் போமா?

உங்கள் கழுத்துச் சங்கிலியின் டாலர் அல்லது திருமாங்கல்யம் தொங்குமிடம்தான் மைய மார்பெலும்பு. இந்த நீளமான நெடுக்குவாட்டு எலும்பை ஸ்டெர்னம் என்று ஆங்கிலத்தில் சொல்வார்கள்.

இதைவிடச் சற்று நீளமாக, இதற்கு நேர் எதிரில் பின்பக்கம் இருக்கிறது முதுகெலும்பு. இதை தொராசிக் முதுகெலும்பு என்பார்கள். இதிலிருந்து இரண்டு பக்கங்களிலுமாகச் சுற்றிவந்து சில எலும்புகள் மைய மார்பெலும் போடு சேர்கின்றன. அவைதான் விலா எலும்புகள்.



மொத்தம் பன்னிரண்டு ஜோடி விலா எலும்புகள் உள்ளன. இவற்றின் கீழாக உள்ள இரண்டிற்கு எந்த முக்கியப் பணியும் கிடையாது.

மார்பெலும்பு ஒரு கூடு போலத் தோற்றமளிக்கிறது. கிரீடம் போல என்றும் வைத்துக் கொள்ளலாம்.

விலா எலும்புகள் எப்படி உடையலாம்? பேருந்தி லிருந்து விழும்போது உடையலாம். குப்புற விழுந்து மார்பில் அடிபட்டாலும் உடையலாம்.

இந்த விலா எலும்புகள்தான் முதுகெலும்புக்கு ஆதரவு தருகின்றன என்பதை மறக்கக் கூடாது. அதே சமயம் இதயம், நுரையீரல் போன்ற பகுதிகளுக்கும் இது ஒரு பாதுகாப்பு அரணாக விளங்குகிறது.

ஷாப்பிங்கை முடித்துக்கொண்டு ஸ்கூட்டரில் வீடு

எலும்புமுறிவு சிகிச்சை
மருத்துவர்
டாக்டர் எம். பார்த்தசாரதி

திரும்பிக் கொண்டிருந்தார்கள் ஒரு கணவனும், அவர் மனைவியும்.

வரும்போது பேசாமல் வந்திருக்கலாம். அல்லது மிகத் தேவையான விஷயங்களை மட்டும் ரத்தினச் சுருக்கமாகப் பேசியிருக்கலாம். ஆனால் அவர்களுக்குப் பேச வேறு நேரமே கிடைக்கவில்லையோ என்னவோ வருங்காலத் திட்டங்களைப் பற்றி அப்போதுதான் விவரமாகப் பேசிக் கொண்டு வந்திருக்கிறார்கள்.

"சீக்கிரமே கார் வாங்கணும்" என்று கணவன் கூற, மனைவி ஆமோதித்திருக்கிறார். எதிரே வந்த ஆட்டோ அவர்கள் வருங்காலத் திட்டத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் அந்த ஸ்கூட்டர் மீது மோதிவிட, கீழே விழுந்தார்கள்.

எங்களிடம் அவர்கள் அழைத்து வரப்பட்டார்கள். நாங்கள் அதிக கவனத்தைக் கணவரிடம் செலுத்தினோம். ஏனெனில் கணவருக்குத் தலையில் அடிபட்டிருக்க, அவர் நினைவின்றி இருந்தார். அவருக்கு நினைவு வந்ததும், முதலுதவி மட்டும் செய்யப்பட்டிருந்த மனைவியின் உடல் நிலையைச் சோதனை செய்தோம்.

அந்தப் பெண்மணிக்கு காலர் எலும்பில் (கழுத்துக்கு வெகு அருகே இருபுறமும் கொஞ்சம் புடைத்துக்கொண்டு இருக்கிறதே அதுதான் காலர் எலும்பு) முறிவு ஏற்பட்டிருந்தது. இதைத் தொடர்ந்து மார்புப் பகுதியிலும் வலி ஏற்பட்டது. காலர் எலும்பும் தோள்பட்டையும் கீழிறங்கியது போல் அவருக்கு ஒரு உணர்வு. முதல் எக்ஸ்ரேவில் காலர் எலும்பு முறிவு மட்டுமே தெரிந்தது. ஆனால் அவரால் உட்காரவே முடியவில்லை. மீண்டும் ஒரு எக்ஸ்ரேவை அடுத்த நாள் எடுத்தபோது விலா எலும்புகளும் உடைந்திருந்தது தெரியவந்தது

காலர் எலும்பை நிலைநிறுத்தினோம் - பக்கவாட்டில் ஆதரவைக் கொடுத்து.

ஏதோ ஓரிரு விலா எலும்புகளில் முறிவு ஏற்பட்டால் அது மிகவும் கவலைப்பட வேண்டிய விஷயம் அல்ல. ஐஸ் ஒத்தடம், ஆழமாக மூச்சுவிடுவது, சாதாரண வலி மாத்திரைகளே போதும். நாளடைவில் எலும்புகள் தானாக கூடிவிடும். (ஐஸ் ஒத்தடம், ஆழ்ந்த சுவாசம் ஆகியவற்றையே நடைமுறைப் படுத்த முடியவில்லை என்றால் அந்த இடத்தில் வலி மரத்துப் போகும்படியாக மருந்துகளை ஊசி மூலம் செலுத்துவோம்)

விலா எலும்பு முறிவதோடு அதற்குள்ளே இருக்கும் நுரையீரலிலும் இதனால் துளை ஏற்பட்டால் சிக்கல் உண்டாகும்.

முன்பெல்லாம் விலா எலும்பு முறிவு என்றால் மார்புப் பகுதியையே இறுக்கமாகக் கட்டி வைப்பார்கள். இப்போதெல்லாம் அப்படிச் செய்வதில்லை.

சரி, விபத்தில் அடிபட்டுக் கொண்ட கணவன் மனைவிக்கு என்ன ஆச்சு என்கிறீர்களா? இருவருமே இப்போது நலமாக இருக்கிறார்கள். "சீக்கிரமே ஒரு கார் வாங்கலாமென்று இருக்கிறோம்" என்றார்கள். இதுபோன்ற வருங்கால திட்டங்களை இப்போதெல்லாம் வீட்டுக்குள்தான் தீட்டுகிறார்கள்!



⌘ சர்க்கரைப் பொங்கல் செய்யும் போது, வெல்லப் பாகுடன் சிறிதளவு பீட்ரூட் துருவலும் சேர்த்து பாகு வைத்தால், புதுச் சுவையுடனும் வண்ணத்துடனும் இருக்கும்.

⌘ சர்க்கரைப் பொங்கலில் வழக்கமாகப் போடும் பருப்புடன், நெய்யில் வறுத்த ¼ கப் சாரைப் பருப்பையும் சேர்த்து விட்டு, இறக்கும்போது அரை கப் மில்க்மெய்டையும் ஊற்றிக் கலந்து இறக்கினால் சுவையாக இருக்கும்.

- தஸ்மிலா அஸ்கர்

வெங்காயம் பீர்க்கங்காய்ப் பருப்பு

தேவையானவை : வெங்காயம் - 1, பீர்க்கங்காய்த் துண்டுகள் - 1 கப், ஊறவைத்த பயத்தம் பருப்பு - ¼ கப், சீரகம் - ½ டீஸ்பூன், பச்சை மிளகாய் - 1, இஞ்சி - 1 துண்டு, கறிவேப்பிலை, உப்பு, மஞ்சள் பொடி. எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன்.

செய்முறை : சிறிது எண்ணெயைக் காயவைத்து அதில் சீரகம், பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, நறுக்கிய வெங்காயம், கறிவேப்பிலை ஆகியவற்றை வதக்கியபின் பீர்க்கங்காய்த் துண்டுகளையும் 1 நிமிடம் வதக்கவும். அரை தம்ளர் தண்ணீர் சேர்த்து ஊறவைத்த பருப்பையும் சேர்த்து உப்பு, மஞ்சள் பொடி சேர்த்து நன்றாக மலர வேகவிடவும்.

பச்சைப் பட்டாணி பராத்தா

தேவையானவை : முழுக்கோதுமை மாவு - ½ கப், வேகவைத்த பச்சைப் பட்டாணி - ½ கப், நறுக்கிய பச்சை மிளகாய் - 1, தயிர் (கொழுப்பு நீக்கிய பாலில் தயாரித்த) - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.

செய்முறை : வேகவைத்த பச்சைப் பட்டாணியை மிக்ஸியில் கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். கோதுமை மாவில், அரைத்த பட்டாணி விழுது, உப்பு, தயிர், ஓமம், பச்சை மிளகாய் எல்லாவற்றையும் சிறிது தண்ணீர் சேர்த்துப் பிசையவும். 5 உருண்டைகள் செய்து அவற்றை ரொட்டியாக இட்டு நான்-ஸ்டிக் தோசைக்கல்லில் மிதமான தீயில் இருபுறமும் வேகவிட்டு எடுத்து எண்ணெயைத் தடவவும்.

இருதய நோய் உள்ளவர்களுக்கு....

கொண்டைக்கடலை புதினா சாதம் :

கழுவி ஊறவைத்த அரிசி - 1 கப், ஊறவைத்த கொண்டைக்கடலை - ½ கப், எல்லா காய்கறிகளும் நறுக்கியது - 1கப், வெங்காயம் - 1, பிரிஞ்சி இலை - 1, நறுக்கிய புதினா இலைகள் - 1 கைப்பிடி, எலுமிச்சைச் சாறு - ½ டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன், உப்பு.

நான்ஸ்டிக் பாத்திரத்தில் எண்ணெயைச் சூடாக்கி வெங்காயம், பிரிஞ்சி இலை இவற்றை வதக்கவும்.

ஸ்பெஷல் உணவு!

பிறகு அதில் காய்கறிகள், அரிசி, 2 கப் தண்ணீர், உப்பு சேர்த்து வேகவிடவும். அரை வேக்காட்டில் கொண்டைக்கடலை, புதினா இலை, எலுமிச்சைச் சாறு, சேர்த்துக் கலக்கி சிறு தீயில் நன்றாக வேக விடவும். இது முழுமையான உணவாகும்.

- உஷா சரவணன்

சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள் சாப்பிட...

அதிசயம்... அற்புதம்...

திருமகள் பத்மாவதித் தாயார்

ஆசறு நல்ல நல்ல அவை நல்ல நல்ல...

புதிய ஆண்டு மலர்ந்து விட்டது. நன்மையே எங்கும் நிறைய வேண்டும் என்பதுதான் அனைவருடைய ஆசையும்! இந்த அண்டசராசரங்களை இயக்குகின்ற மாபெரும் சக்தியே ஈச்வரி ஜெகதீச்வரி! அவளுடைய அருளால் அசைகின்ற





ஈச்வரி ஜகதீச்வரி

திருமலை வேங்கடேசப் பெருமாள் (திருப்பதி - சந்திர கிரகத்துக்கு உரிய தலமாகும்)

கோள்களும், மலர்கின்ற நாட்களும், மாதங்களும், ஆண்டுகளும், பருவங்களும், அனைத்து மக்களுக்கும் நன்மையை வாரி வழங்க வேண்டும் என்ற விழைவின் வெளிப்பாடே நவக்கிரகங்கள் பற்றிய விளக்கம். மறைபொருளும் ஈச்வரி! மனதில் விரியும் விளக்கமும் ஜகதீச்வரியே!

எண்ணற்ற கிரகங்கள் பிரபஞ்ச வெளியில

ரேவதி சங்கரன்



இயங்கினாலும் மனிதனுடைய வாழ்க்கைச் சக்கரத்தைச் சுழலவைப்பது ஒன்பது கிரகங்கள்தாம்!

இறையருள் முன் நிற்கையில் ஞாயிறு, திங்கள், செவ்வாய், புதன், வியாழன், வெள்ளி, சனி, ராகு, கேது ஆகிய கோள்கள் நம்மை ஒன்றும் செய்யாது! அடியார்களுக்கு அவை நல்லனவற்றையே செய்யும்.

> வேயுறு தோளிபங்கன்
> விடமுண்டகண்டன் மிக நல்ல
> வீணைதடவி
> மாசறுதிங்கள் கங்கை முடிமேல்
> அணிந்தென் உளமே புகுந்த அதனால்
> ஞாயிறுதிங்கள் செவ்வாய் புதன்
> வியாழன் வெள்ளி சனிபாம்பிரண்டும்
> உடனே
> ஆசறு நல்ல நல்ல அவை நல்ல நல்ல
> அடியாரவற்கு மிகவே!


சந்திரன்

நன்மை தரும் நவக்கிரகங்கள்

1. ஞாயிறு (சூரியன்)

ஓம் எனும் பிரணவ ஒலியிலிருந்து தோன்றிய ஒளியான ஞாயிறு, நவகோள்களுக்குள் முதன்மையானது.

தினமும் காலையில் உதிக்கும் சூரியனைக் கண்டு வணங்கினால் உடல்நலம் பேணப்பட்டுக் கண் பார்வையும் பழுதாகாமல் காக்கப்படும் என்பது உறுதி.

ஒளிமிக்க அழகான வலுவான மேனியுடையவனாய் ஏழு குதிரைகள் பூட்டிய தேரில் எழுந்தருளிப் பாரெங்கும் பவனி வருகிறார் சூரியன். ஒற்றைச் சக்கரமே கொண்ட அவரது தேரை நடத்துபவரோ கால்கள் இல்லாத அருணன்.

கிழக்குத் திசைக்கு அதிபதியாய்ச் செந்நிற ஆடையணிந்து இருகரங்களிலும் தாமரை மலர்களை ஏந்திடும் சூரியனைப் பணிவதால் ஆன்மபலம், வீரம், செல்வாக்கு, புகழ், நேர்மை, ஆற்றல் இவை பெருகும். முன் காலத்தில் சிறு குழந்தைகளுக்கு எண்ணெய் தடவிக் காலை வெயிலில் பாயில் படுக்கப் போட்டதற்குக் காரணமும் இதுவே!

ஏனைய பெயர்கள் : ஆதித்யன், ரவி, தேஜஸ், அருணன்.

சூரியக் கிரகத்தினால் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் ஏதேனும் ஒரு சிவன் கோயில் வலம் வந்து அக் கோயிலில் உள்ள சூரியனைப் பூசிப்பது தீமையை அகற்றும்.

சூரியனார்கோயில் வழிபட ஏற்ற தலம்.

சூரியனுக்கு உகந்த நிறம் - சிவப்பு, உகந்த ரத்தினம் - மாணிக்கம், மலர் - செந்தாமரை, தானியம் - கோதுமை.

அரன் கோயில் வலம் வரும் போது துதிக்கக்கூடிய அப்பரின் தேவாரப் பாடல்

நமச்சிவாயவே ஞானமும் கல்வியும்
நமச்சிவாயவே நானறி விச்சையும்
நமச்சிவாயவே நா நவின்றேத்துமே
நமச்சிவாயவே நன்னெறிகாட்டுமே!



• செவ்வாய்

2. திங்கள் (சந்திரன்)

சூரியனோடு இயைந்த கிரகம் சந்திரன். நவக்கிரகங்களில் இரண்டாவதாக அமைந்தது. பாற்கடல் கடைந்தபோது உதித்தவன். பால் வெண்நிறமுடையவன். சந்திரனது தண்கிரணங்களால் உயிர்கள் குளிர்ச்சியடைகின்றன. உடல் வலிமை, மன வலிமை இரண்டுக்கும் காரணமான சந்திரன் மிகவும் பேரழகும், மென்மையான குணநலனும் கொண்டவர். வடமேற்குத் திசைக்கு உரியவராய் வெண் பட்டும் முத்துமாலையும் அணிந்து வெண்மையான களபம் பூசியவராய் ஒரு கையில் கதையும் மறு கையில் வரத முத்திரையுடனும் விளங்கும் சந்திரனுடைய வாகனம் கலைமான்.

சந்திரனைப் பணிவதால் வலிமையோடு அழகும் கூடும் என்பர். குளிர்ச்சியை அதிகம் தரும் கிரணங்கள் மனிதர்களுக்கு புத்திபேதலித்துச் சலனத்தைத் தரும் என்பதால் திறந்தவெளியில் சந்திர ஒளியில் படுத்து உறங்குவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். சந்திர கிரகத்தினால் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் அம்பிகையின் பாதங்களைப் பற்றுவது பலன் தரும். அன்னை விளங்கும் கோயில் ஏதேனும் ஒன்றை வலம் வருவதும் அன்னையைப் பணிவதும் பயன் தரும். பவுர்ணமியன்று அன்னையை வழிபட்டுப் பால் பாயாசம் செய்து படைப்பது சாந்தி தரும். சந்திரனால் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் திருப்பதி வேங்கடாசலபதியைத் தரிசிப்பது நல்லது.



• புதன்

சந்திரனுடைய ஏனைய பெயர்கள் : சசி, ரமாசோதரன், சசாங்கன், கலாநிதி, வளர் கலை, குமுதன், அம்புலி.

சந்திரனுக்கு உகந்த நிறம் - முத்து வெண்மை, உகந்த ரத்தினம் - முத்து, மலர் - வெள்ளை அரளி, தானியம் - நெல்.

அம்பிகை ஆலயம் வலம் வரும்போது மனத்தில் துதிக்க வேண்டிய அபிராமி அந்தாதிப் பாடல் :

• வியாழன்





● சுக்ரன்

துணையும் தொழும்
தெய்வமும் பெற்றதாயும்
சுருதிகளின்
பணையும் கொழுந்தும்
பதிகொண்ட வேரும்
பனிமலர்ப்பூங்
கணையும் கருப்புச்சிலையும்
மென்பாசாங்குசமும் கையில்
அணையும் திரிபுரசுந்தரி
ஆவது அறிந்தனமே!

3. செவ்வாய் (அங்காரகன்)

நவக்கிரகங்களில் மூன்றாவதாகவும் தென்திசைக்கு உரியவர் எனக் கூறப்படும் கிரகம் செவ்வாய். மங்களன், அங்காரகன், குஜன், பூமி புத்திரன் என்ற பெயர்களைக் கொண்ட இந்தக் கிரகம் சிவனது ஜ்வாலையிலிருந்து உருவான குமாரக்கடவுள் எனவும் வீரபத்திரர் அம்சம் என்றும் கூறப்படுகிறது. முருகக் கடவுளைப் போன்றே அழகனாய்ச் சிவந்த மேனியாய்க் கைகளில் கதை, சூலம், வஜ்ராயுதம் ஏந்தி அபயமளிக்கும் கோலம் அச்சத்தைப் போக்கும்.

மங்களத்தையும், மன உறுதி, வீரம், செல்வாக்கு, பெருந்தன்மை ஆகிய குணங்களை நல்கும் செவ்வாய் தன்னைப் பணிந்தோர்க்கு குறையற்ற வாழ்வளிப்பார். செவ்வாய் கிரக பாதிப்பு இருந்தால் அருகிலுள்ள முருகன் கோயிலை வலம் வந்து கும்பிடலாம். செவ்வாய்ப் பாதிப்பு வைத்தீஸ்வரன் கோயிலில் உள்ள செல்வ முத்துக்குமார ஸ்வாமியைப் பணிந்தால் தீரும். பிணி தீர்க்கும் மருந்தாகிப் பீடித்த கோள் வினையையும் போக்கி மங்களம் அருளும் தலம்.

செவ்வாய்க்கு உகந்த நிறம் - பவளச் சிவப்பு, உகந்த ரத்தினம் - பவளம், மலர் - செண்பகம், தானியம் - துவரை.

முருகனைப் பணியும் துதி : அருணகிரிநாதர் அருளிய கந்தரலங்காரப் பாடல் :

நாளென் செய்யும் வினைதான் என்செய்யும்
எனைநாடிவந்த
கோள் என்செய்யும் கொடுங்கூற்று
என்செய்யும் - குமரேசர் இரு
தாளும் சிலம்பும் சதங்கையும் தண்டையும்
சண்முகமும்
தோளும் கடம்பும் எனக்கு முன்னே வந்து
தோன்றிடினே!

4. புதன்

நவக்கிரகங்களில் நான்காவதாகவும் வடதிக்குக்குரியவராகவும் விளங்கும் கிரகம் புதன். புதன் என்ற சொல்லுக்கு அறிவில் சிறந்தவன் என்று பொருள். பொன்னார் மேனியனாய் மரகதப் பச்சை நிற ஆடையுடுத்தி மணியணிகள் விளங்க கதை, வாள், கேடயம் தாங்கி வரமுத்திரை காட்டும் அழகுத் திருக்கோலம் கொண்டவர். தன்னைப் பணிந்தோருக்கு அறிவு, கல்வித்திறன், அளவற்ற ஆற்றல், வாக்குவன்மை, கலைஞானம்

● சனி







ஆகியவற்றை அருள்பவர். புதன் கிரகப் பாதிப்பு இருப்பின் மகாவிஷ்ணுவைப் பணிவதால் குறைகள் தீரும். புதக்ஷேத்திரம் என்று போற்றப்படும் மதுரையில் அங்கயற் கண்ணி உடனுறை ஆலவாய்ச் சொக்க னாதரைப் பணிந்தாலே புதனால் ஏற்படும் குறைகள் நீங்கும். திருவெண்காடும் புதன் வழிபாட்டுத்தலம்.

புதனுக்குரிய நிறம் - பச்சை, ரத்தினம் - மரகதம் (பச்சை), மலர் - வெண்காந்தள், தானியம் - பச்சைப்பயறு.

புதனால் நன்மை பெறத் திருமாலைப் போற்றும் துதி :

குலம்தரும் செல்வம் தந்திடும் அடியார்படு
துயராயின எல்லாம்
நிலந்தரம் செய்யும் நீள்விசும்பு அருளும்
அருளொடு பெருநிலமளிக்கும்
வலம்தரும் மற்றும் தந்திடும் பெற்ற தாயினும்
ஆயின செய்யும்
நலம் தரும் சொல்லை நான்கண்டு
கொண்டேன் நாராயணா என்னும் நாமம்...!

5. வியாழன் (குரு)

நவக்கிரக நாயகர்களில் ஈசான்யம் என்று சிறப் பாகக் கூறப்படும் வடகிழக்குத் திக்குக்கு உரியவர் வியாழ பகவான். அஞ்ஞானமாகிய இருளைப் போக்கும் ஞானச்சுடர். பொன்னிற மேனியில் மஞ்சள்நிற ஆடை உடுத்திக் கைகளில் அட்ச மாலை, தண்டம், கமண்டலமேந்தி அபயம் அருளும் கோலத்தில் விளங்கும் குருபகவானை, அந்தணன், பிருஹஸ்பதி, வாகீசர் என்று குறிப்பிடுவர்.

இவர் தேவர்களுக்கும் முனிவர்களுக்கும் குரு ஆவார். ஒருவருடைய ஜாதகத்தில் குரு உயர்ந்தால் வாழ்வில் மிக உன்னதம் அடை வார். தட்சிணாமூர்த்தியின் திரு உருவை குருவாக வழிபடுவது சிறந்த பலனைத் தரும். கல்வி, நிறைந்த வாழ்வு, குடும்பச் செழிப்பு ஆகியவைகளைக் குறைவில்லாமல் அருளும் சீலர் குரு. ஆலங்குடி, அகரம் கோவிந்தவாடி ஆலயவழிபாடு நன்மை பயக்கும்.

குருவுக்கு உகந்த நிறம் - பொன்னிறமான மஞ்சள், ரத்தினம் - புஷ்பராகம், மலர் - முல்லை, தானியம் - கொண்டைக்கடலை.

குருவருள் பெறத் துதி : திருவிளையாடல் புராணத்தில் பரஞ்சோதி முனிவர் அருளியது :

கல்லாலின் புடையமர்ந்து
நான்மறை ஆறங்கமுதல்
கற்றகேள்வி
வல்லார்கள் நால்வருக்கும்
வாக்கிறந்த பூரணமாய்
மறைக்கு அப்பாலாய்
எல்லாமாய் அல்லதுமாய்
இருந்ததனை இருந்தபடி
இருந்துகாட்டிச்
சொல்லாமல் சொன்னவரை
நினையாமல் நினைந்து
பவத்தொடக்கை வெல்வாம்!


* ராகு


* கேது



'டி ஃபார் தேவி'

கலாசாரம், கலை, இலக்கியம் இவற்றில் ரசனையை ஊட்ட வேண்டியது நாம்தான் என்பதை மஹாஸ்வாமிகள் அவ்வப்போது சொல்லுவர்கள். ஒருமுறை ஒரு குழந்தையைப் பார்த்துப் "பேர் என்ன" என வினவ, மெல்லிய குரலில் 'தீபா' என்று கூறியதும், "காதில் விழலியே! சத்தமாகச் சொல்லு!" என்றார்.

அக் குழந்தையோ, "டி ஃபார் டாங்கி, ஈ ஃபார் எக், ஈஃபார் எலிபென்ட், பி ஃபார் பீபிள், ஏ ஃபார் ஆன்ட்... தீபா" என்று சொன்னதும், "டாங்கியும் முட்டையும் வேண்டாமே! உனக்கு வேறே மாதிரி சொல்லித் தரட்டுமா?" என்று கேட்டபடியே, டி ஃபார் தேவி, கோவிலிலே இருக்கிற அம்மன்தான் தேவி, ஈ ஃபார் இளங்கோ, தமிழிலே கண்ணகி பற்றி பொயட்ரி எல்லாம் எழுதி இருக்கார், பி ஃபார் பிரஹலாதன்..." என்றதும் அந்தக் குழந்தை, "ஐ நோ... ஐ நோ... அவனுக்காக காட், லயன் மாதிரி வந்து அந்தப் பையனுடைய ராட்சச அப்பாவைக் கொன்னுட்டார்!" என்று பதில் சொல்ல, ஸ்வாமிகள், "பேஷ் பேஷ், உனக்கே எல்லாம் தெரியறதே! அப்புறம் ஏ ஃபார், ஆஞ்சனேயா, ஹனுமார்..." உடனே அந்தக் குழந்தை, "மங்கி காட் எனக்கு ரொம்பப் பிடிக்கும்" எனச் சொல்ல பெரியவா மகிழ்வுடன் சிரித்து, "சரியாச் சொன்னே, இந்தா..." எனக் கைநிறையக் கல்கண்டை அள்ளித் தந்தாராம். குழந்தையும் 'டி ஃபார் தேவி' என்றபடி துள்ளிக் குதித்து ஓடியதாம்.

6. வெள்ளி (சுக்கிரன்)

நவக்கிரகங்களில் ஆக்கினேயம் எனப்படும் தென்கிழக்குத் திசைக்கு உரியவராய் விளங்கும் சுக்கிரன் வெள்ளிக்கிரகம் எனப்படுவர். தன்னைப் பணிவோர்க்கு நாவன்மை, அழகு, பெருமதிப்பு, எதிர் பாராத அதிருஷ்டம், குறையற்ற வாழ்வு அருள்பவர். வெள்ளி நிறமாகப் பொலியும் இவர் வெண்பட்டு ஆடையணிந்து வெண்மலர் சூடிக் கைகளில் தண்டம், கமண்டலம், அட்சமாலை தரித்து அபயக் கோலத்தில் விளங்குபவர். சுக்கிரனால் நிறைந்த பயனைப் பெற மகாலட்சுமியை வணங்க வேண்டும்.

குருவுக்கு உகந்த நிறம் - பட்டுப் போன்ற வெண்மை, ரத்தினம் - வைரம், மலர் - வெண் தாமரை.

தானியம் - மொச்சைப் பயறு.

ஸ்ரீரங்கம் சென்று ரங்கனாதரைச் சேவித்தால் சுக்கிரனருள் பெறலாம்.

சுக்கிரன் அருள் பெற வைக்கும் மகாலட்சுமி துதி :

பாற்கடலின் திருமணியே! பரந்தாமன் பணிதிலுறை
வேற்கண்ணி! இவ்வையமெல்லாம் வாழச்செய்யும்
பங்கயச்செல்வி! பதினாறும் பரிந்தருளும் திருவே!
செங்கமலத்தாயே சரணம் நின்தாளே!

7. சனி

நவக்கிரகங்களில் மேற்கு திக்குக்கு உரியவராய் எவரையும் ஆட்டி வைக்கும் திறனோடு விளங்கும் கிரகம் சனி. ஈச்வரப் பட்டம் பெற்றவர். கைகளில் சூலமும் வில்லம்பும் ஏந்தி விளங்கும் சனி பகவான் கூர்மையான பார்வையும், வீரபராக்கிர

மும் கரிய நிறமும், கரிய உடையும், மந்த நடையும் கொண்டவர். சனியின் பீடிப் பினால் ஏற்படும் துயர் தீர சாஸ்தாவாம் ஐயப்பனைப் பணிவது நல்ல பலன் தரும். அனுமனைத் துதிப்பதாலும் சனிப் பாதிப்பு அகலும்.

சனீச்வரனுக்கு உகந்த நிறம் - கறுப்பு, ரத்தினம் - ஆழ்ந்த கருநீலம், மலர் - கருங்குவளை, தானியம் – எள்.

சனிபகவானை மகிழ்விக்க சாஸ்தா துதி:

ஹரிஹர சுதனே ஐயப்பா மணியே
வருவினை தவிர்ப்பாய் வாழ்வினை அருள்வாய்!
சனி தரும் துயரினைச் சடுதியில் வென்றே
இனிவரும் நாளில் ஏற்றமுறச் செய்வாய்!

8. ராகு

நவக்கிரகங்களில் எட்டாவதாகவும் தென்மேற்கு திசைக்கு அதிபதியாகவும் விளங்கும் கிரகம் ராகு என்பர். உடல் பாம்பாக, முகம் தேவனைப் போன்றும் காட்சியளிக்கும் வலிய கரிய கிரகம் ராகு. சித்திரம் தீட்டப்பட்ட புகை நிறமான ஆடை அணிந்தும், சூலம் அம்பு கேடயம் தாங்கி வரத கரம் அருளும் கிரகமான இவர் அப்பிரதட்சிணமாக வலம் வரு பவர். ராகுவைப் பூசிப்பதால், அரசாங்கத் தால் உயர்வு, உலகப் புகழ், வெளிநாட்டுப் பயணம், கீர்த்தி, மேன்மை, அதிகாரம், செல்வம், அந்தஸ்து அனைத்தும் அளிப்பர்.

ராகுவினால் நன்மை பெறத் துர்க் கையை வழிபட வேண்டும். ராகுவுக்கு உரிய நிறம் - கறுப்பு, ரத்தினம் - கோமேதகம், மலர் - மந்தாரை, தானியம் - உளுந்து ராகுவுக்கான கோயில் திருநாகேஸ்வரத்தில் அமைந்துள்ளது. காளஹஸ்திக்குச் சென்று தரிசிப்பது மிகவும் சிறந்தது.

ரகுப்ரீதிக்காக காளிகாதேவி, துர்க் கையை வழிபட நன்மைகள் பெருகும்.

துர்க்கை துதி :

நாயகி, நான்முகி நாரணி கை நளின பஞ்ச
சாயகி சாம்பவி சங்கரி சாமலை சாதி நச்சு
வாயகி மாலினி வாகி சூலினி மாதங்கி என்று
ஆய கியாதி உடையாள் சரணம் அரண் நமக்கே!

9. கேது

நவக்கிரகத்தில் ஒன்பதானதும் ராகு வின் மறுபாதியாகவும் வடமேற்கு திசைக்கு உரியவருமாகக் கேதுவைக் கூறுவர். மேனி தெய்வாம்சம் பொருந்திய தாகவும் ஐந்து தலை நாகம் சிரஸாகவும் அமையப் பெற்றவர். சிவப்பில் பல நிறங் கள் ஒளிவீசும் ஆடையணிந்து கையில் கதையுடன் அபயகரம் காட்டும் வடிவம். இவர் ஞானகாரகன். இம்மையிலும் மறுமையிலும் நிறைவாழ்வு அளிப்பவர். காளஹஸ்தியில் வழிபட்டால் காலைச் சுற்றிய பாம்புகளான ராகு கேது இரண் டின் பாதிப்பும் அகலும் என்பர்.

கேது கிரகத்துக்கு உரிய நிறம் பல நிறப்புள்ளிகள் அமைந்த சிவப்பு, ரத்தினம் - வைடூர்யம், மலர் - செவ்வல்லி, தானியம் - கொள்ளு.

கேதுக்கிரகத்தினால் ஏற்படும் துன்பங் களைத் தீர்க்க வினைதீர்க்கும் விநாயகப் பெருமானை வழிபட்டுத் துதித்துப் பூசிக்க வேண்டும்.

விநாயகர் துதி : கபிலர் இயற்றியது

விநாயகனே வெவ்வினையை வேரறுக்க வல்லான்
விநாயகனே வேட்கை தணிவிப்பான் விநாயகனே
விண்ணிற்கும் மண்ணிற்கும் நாதனுமாம் தன்மையினால்
கண்ணில் பணிமின் கனிந்து!

இந்த நவக்கிரகங்கள் அனைவருக்கும் நன்மையே செய்யும் என்பதைச் சம்பந்தர் தேவாரம் மொழிகிறது :

தானுறு கோளும் நாளும் அடியாரை
வந்து நலியாத வண்ணம் உரைசெய்
ஆனசொல் மாலை ஓதும்
அடியார்கள் வானில் அரசாள்வர் ஆணைநமதே!!

பரமபதம்

'விளையாடாத பிள்ளை விதையாவதில்லை' என்பது பழமொழி. ஒரு குழந்தையின் உடல் வளர்ச்சிக்கு உணவு போலவே சமுதாயத்தில் பெரும்பங்கு வகிக்கப் போகும் அவனது வளர்ச்சிக்கு, அறிவைக் கூர்மையாக்கும் விளையாட்டுகளும் நல்ல வழிநடத்தலும் உரமாகும். 'விளையாட்டுக்குக் கூட பொய் சொல்லாதவன்' என்பது ஒருவனுடைய குண உயர்வைக் காட்டுகிறது. குழந்தைகள் வளரும் போதே வெற்றி, தோல்வி, நல்லது கெட்டது, உண்மை, ஏமாற்று, விட்டுக் கொடுக்கும் தன்மை, பழி வாங்கும் உணர்வு, மகிழ்ச்சி, துயரம், அவமானம், பாராட்டு ஆகியவற்றை அனுபவ பூர்வமாகக் கற்றுக் கொள்வது விளையாட்டில்தான்! விளையாடித் தோற்றுப் போவதால் அந்தக் குழந்தைக்கு ஏற்படும் ஏமாற்றம், கோபம், அழுகை போன்ற உணர்வின் வெளிப்பாடுகள் அவன் முழுமையான மனிதனாக உருவாக உதவும். வித்தாகப் போகும் ஆக்கபூர்வமான தன்மைக்கு விளையாட்டின் பங்கு மிகப் பெரிது என்பதைத்தான் அந்தப் பழமொழி காட்டுகிறது!

பழமையின் பெருமையை அடுத்த தலைமுறைக்கு எடுத்துக் கூறுவதே 'மங்கையர் மலரின்' தலையாய கோட்பாடு. கடந்த ஆண்டில் மாதந்தோறும் ஒவ்வொரு இதழிலும் மறைந்து வரும் பண்டைய விளையாட்டுகளான ஆடுபுலி ஆட்டம், பல்லாங்குழி, தாயக்கட்டம், சொக்கட்டான் என்று வெளியிட்டதோடு, அந்த விளையாட்டு கைகளுக்கும் மூளைக்கும் உள்ள திறன் தொடர்பினை ஊக்குவிப்பதையும் எடுத்துக் கூறியது ஒரு சிறு முயற்சி! வாசகியர் பலர் பழமையின் நன்மை தமக்கும் தமது குழந்தைகளுக்கும் பலனளித்திருப்பதாக மகிழ்ந்து எழுதியிருந்தனர். கம்ப்யூட்டர் விளையாட்டில் தனித்தீவாகப் போய் விடும் குழந்தைகள், பண்டைய விளையாட்டுகளில் ஈடுபட ஆரம்பித்து அதன் விளைவாக அப்பா, அம்மா, தாத்தா, பாட்டி என எல்லோரும் கூடி மகிழ்வதாக வாசகியர் எழுதியதன் விளைவுதான் இந்த இதழுடன் இலவசமாக வழங்கப்படும் 'பரமபத சோபான படம்.'

பழமைக்கு வரவேற்பு இருக்கிறது என்று தெரிந்ததும் அங்கு இங்கு எனத் தேடியதில் ஒரு விஷயம் தெரியவந்தது. இந்த விளையாட்டுக்கெனப் பயன்படுத்திய பழைய சித்திரத்துக்குப் பதில் அவரவர், ஏதேதோ படங்களைப் போட்டு அடுத்த தலைமுறையை இன்னும் அறியாமையில் ஆழ்த்தியதைப் புரிந்து கொண்டோம். அதற்காகவே முயன்று தேடித் தேடிக் கண்டு கொண்டோம் நூறு வருடங்களுக்கு முன் அச்சிடப்பட்ட பாட்டன், பூட்டன் காலத்துப் பரமபத சோபான படத்தை!

(தொடர்ச்சி 165-ம் பக்கம்...)

கூடி விளையாடு பாப்பா

பரமபத சோபான படம் என்னும் பாரம்பரிய விளையாட்டு, படிக்காத பாமரனுக்கும் புரியும் படி நல்ல குணங்கள், தருமம், நீதி, நேர்மை, சத்தியம், அநீதி, தீமை இவற்றால் ஏற்படும் விளைவுகள் ஆகியவற்றையும் விளக்கமாகப் படம்பிடித்துக் காட்டுகின்றது. கேட்பதை விடப் படமாகப் பார்க்கும் போது மனதில் ஆழமாகப் பதியுமல்லவா? இதில் தாவரங்கள், விலங்குகள், மனிதன் எனப் பரிணாம வளர்ச்சி, மனிதன் தேவனாக உயரும் நிலை, துன்பமில்லாத சுவர்க்கம், இறைத் தன்மை எனப் பல ஏணிப் படிகளையும் நம்மை வீழ்த்துவதற்கென்றே சமயம் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் தீமைகளாகப் பாம்புகளும் உருவகப்படுத்தப்பட்டுள்ளன. நல்ல குணங்களைப் பாடமாகப் போதிக்கும் அற்புதப் பெட்டகம் என்றே கூறலாம். நீங்கள் அனைவரும் விளையாடி, விளையாட்டாகவே குழந்தைகளுக்கு நல்லவைகளைப் புகட்டி ஆக்கபூர்வமான அடுத்த தலைமுறையை உருவாக்க வேண்டும்!

இந்தப் பரமபத சோபான படத்தை நமது நாட்டின் வருங்காலச் செல்வங்களுக்காக அன்புடன் அர்ப்பணிக்கிறோம்!

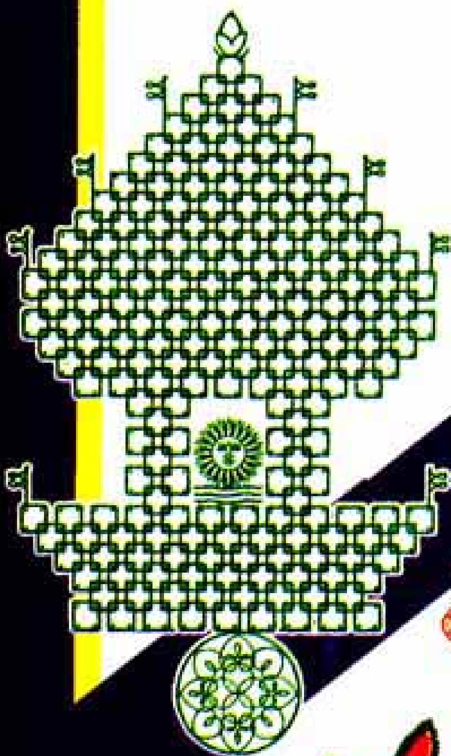
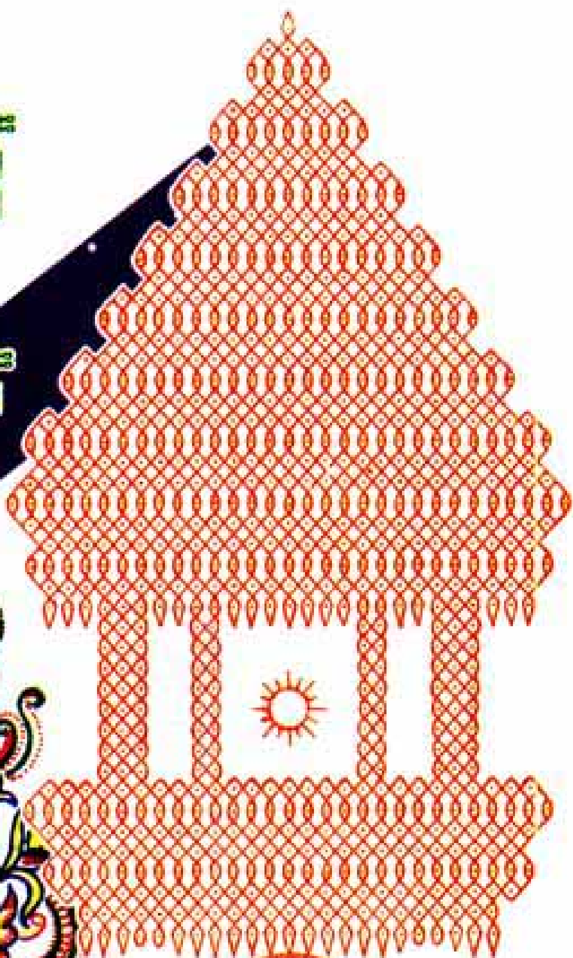
சோபானம் என்றால்...

சோபானம் என்றால் படிக்கிரமம் என்று பொருள். கிருஷ்ணதேவராயர் ஆட்சிக் காலத்தில் மக்களுக்கு நல்லவைகளைப் புகட்டுவதற்காகப் புர்ரகதா போன்ற இசைக் கதை நிகழ்ச்சிகள் பிரபலமாயின. விளையாட்டு மூலம் சிறுவர்கள் மனத்தில் நல்லவைகளை வித்திடுவதற்குப் பரமபத சோபான படம் பயன்படுத்தப்பட்டது. இதனை நாயக்க மன்னர்களும் தொடர்ந்து ஆதரித்தனர். வெள்ளைத் துணியைக் கடுக்காய் ஊறப் போட்ட தண்ணீரில் நனைத்து அதில் கலம்காரி முறையில் சித்திரம் தீட்டிப் பயன்படுத்தப் பட்டதாம். அதற்குப் பின்னால், காகிதம் உருவான பிறகு அதில் அச்சடிக்கப்பட்ட படங்கள் காலப்போக்கில் மறைந்து விட்டன. எனினும், அதற்குப் புத்துயிர் தரவேண்டும் என்ற வேட்கை உண்மையானதாக இருந்ததால் பரமபதநாதன் எங்களுக்கு வழிகாட்டி விட்டார்! வாழ்க்கை என்பது ஒரு விளையாட்டு. அதனை மகிழ்வோடு விளையாடு! இதற்கு தாயக்கட்டை அல்லது சோழிகள் இருந்தால் போதும்!

மூலப் பதிப்பில் சிறு மாற்றம் செய்துள்ளோம். இதனை லாமினேட் செய்து கொள்ளலாம். அல்லது ஒரு அட்டையில் ஒட்டி வைத்துக் கொள்ளலாம்.

இலவச இணைப்பு

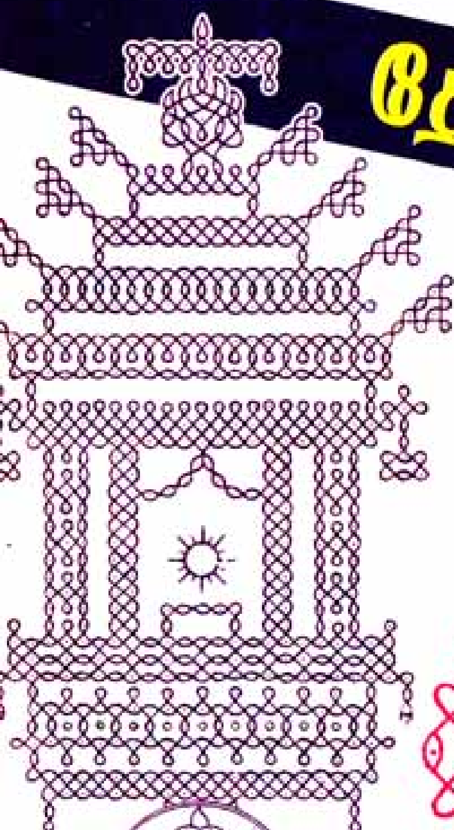
சூரியனது

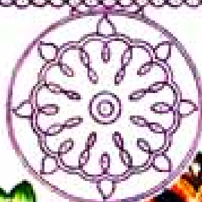





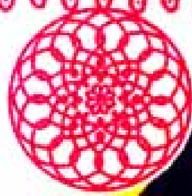

ஹம்சா ஜெயராமன்

தேர்க்கோலம்









ஹேமா செல்வராஜ்



ஈன்ற கடன்!

பஸ்ஸுக்குள் ஏகப்பட்ட இரைச்சல். ரோட்டுக் குழிகளில் தேங்கிக் கிடக்கும் மழை நீரை ஃபவுண்டனாக வாரியிறைத்துக்கொண்டு போய்க் கொண்டிருக்கிறது பஸ். பெய்யும் மழை வேறு பஸ்ஸுக்குள் ஒழுகி பயணிகளை அங்கு மிங்குமாக உச்சுக்கொட்டி ஒதுங்க வைத்துக் கொண்டிருக்கிறது.

"நாலு ஸான்ஸ்க்ரிட்."

காலேஜ் பெண்ணொருத்தி கண்டக்டரிடம் சொல்லி சில்லறையை நீட்ட, முன்னால் நிற்கிற மஞ்சள் கோடு போட்ட சட்டைக்காரன், "எனக்கு ரெண்டு சமஸ்கிருதம்" என்கிறான் முகத்தில் தன் குறும்பைச் சிறிதும் வெளிப்படுத் தாமல். நக்கல் கண்டக்டருக்குப் புரியாதா, நிமிர்ந்து மஞ்சள் கோட்டுச் சட்டையைப் பார்க்கிறார்.

"தாய்மொழியில் சொன் னேன் ஸார்!" என்கிறான் முகம் மாறாமலே. கண்டக் டர் லேசான புன்முறுவ லோடு 'திருவான்மியூர்



ஒண்ணு கொடுப்பா' என்கிற பெரியம்மாவிடம் கைநீட்டிப் போகிறார்.

மழை ஒழுகல் வலுக்கிறது. இதெல்லாம் மனசில் படாமல் தனக்குள் ஆழ்ந்து பஸ்ஸின் கடைசி ஸீட்டில் உட்கார்ந்திருக்கிறாள் வத்சலா. காலையில் அவள் மாமா, வீட்டுக்கு வந்திருந்தபோது சொன்னது மனசை வருத்திக் கொண்டேயிருக்கிறது. அடுத்த தெருவில் இருக்கும் அவர் கொஞ்சம் தூரத்து உறவு. அவர், அவள் ஊருக்கு அவள் அம்மா வீட்டுக்குப் போய் விட்டு வந்திருக்கிறார்.

"கடையில ஓட்டம் இல்ல. போட்டியா நாடார் கடை மட்டும்



இருந்தது. இப்போ தெருக் கடைசியில ஒரு கடையும் நாலு வீடு தள்ளி ஒரு நாய்க்கமார் கடையும் புதுசா முளைச்சிருக்கு. பின்ன, ஜனங்க புதுக்கடைங்கவும் அங்க தானே போவாங்க! என்ன செய்யன்னு ஒங்க அம்மா காலையில இட்லியும், பூரியும் சாயந்திரம் ஆமவடை, உளுந்த வடை, சுசியமும் வீட்லயே போட்டு யாவாரம் ஆரம்



மரச்சாமான்களுக்கு மழைக் காலத்தில் வர்ணம் பூசக் கூடாது. ஏனென்றால் அப்பொழுது மரச் சாமான் ஈரம் படிந்து சற்றுத் தடித்து இருக்கும். இதனால் வர்ணம் சரியாக ஒட்டாது.
- சி. இராசலட்சுமி

பிச்சிருக்கா. அது கொஞ்சம் பரவால்லாம ஓடுதாம்'' என்று சொல்லிவிட்டுப் போனார்.

வீட்டோடு சேர்ந்த சின்னப் பெட்டிக் கடைதான். அநேகப் பலசரக்கு சாமானும் வைத்திருப்பார் குமாரசாமி. வியாபாரம் குடும்பச் செலவுக்கு தாராளமாய் வந்து கொண்டிருந்தது. இப்போது கொஞ்ச காலமாகவே நொடிப்புத்தான். அந்தக் கடை வருமானத்தில் தான் வத்சலாவை கம்ப்யூட்டர் படிக்க வைத்ததும் பதினைந்து பவுன் நகை போட்டு கல்யாணம் செய்து கொடுத்ததும். 'ம்ஹூம்! மகனாப் பிறந்திருந்தா நல்லா இருந்திருக்கும்' நினைத்துப் பெருமூச்சு விட்டுக் கொள்ளத்தான் முடிகிறது அவளால்.

"சமஸ்கிருதக் கல்லூரி" கூவலாய்ச் சொல்லி விட்டு விசிலை ஊதுகிறார் கண்டக்டர். காலேஜ் பெண்களும் ஆண்களும் நிறையப் பேர் இறங்க நிறையப் பேர் அந்த நிறுத்தத்தில் ஏறவும் செய்கிறார்கள். அனிச்சையாகத்தான் அடுத்து இறங்குவதற்கு வாகாக கைப்பையைத் தோளில் சரியாக மாட்டி குடையைக் கையிலெடுத்துக் கொள்கிறாள் வத்சலா.

"அப்பாவுக்கும் அம்மாவுக்கும் வயசாயிட்டுதுங்க. கடைக்கு சரக்கு வாங்க தினமும் போக முடியலையாம்" - என்று அவள் ஆரம்பிக்கிற போதே கிருஷ்ணன் அந்தப் பேச்சு தன் காதிலேயே விழாத மாதிரி,

"நாளைக்கு ஆபீஸுக்கு கொஞ்சம் சீக்கிரமே போகணும் வத்சு. அடுத்த வாரம் ஆடிட்டிங் இருக்கு" என்கிறான்.

"எங்க அப்பா அம்மாவை வரவழைச்சு இங்க வீட்ல நம்மளோட வச்சுக்கலாம்னு யோசிக்கிறேங்க. விஷ்ணுவும் ஸ்கூல் விட்டு வந்து நாம வர வரைக்கும் தனியா வாசல்ல விளையாடிக்கிட்டுக் காத்துகிட்டிருக்க வேண்டாம். நாம வர லேட்டாகும்போது அவன் தனியாயிருப்பானே, தனியாயிருப்பானேன்னு மனசு கெடந்து பாடாப்படற வேதனை இருக்காது."

கிருஷ்ணன் பதிலேதும் சொல்லவில்லை. வத்சலாவின் கண்களில் கண்ணீர். கண்ணீருக்குப் பதிலாகச் சிறிது நேரம் கழித்து,

"ஒரே பார்வையா யோசிக்காதே வத்சா! நீ சொல்றே வாஸ்தவந்தான். நீ ஒரே பொண்ணு. ஒங்க அப்பா அம்மாவுக்கு வயசாயிட்டுது. எல்லாம் சரிதான். ஆனா அவங்க ரெண்டு பேரையும் வச்சு நம்மால பராமரிக்க முடியுமான்னு யோசி. அவங்க ரெண்டு பேரும் ஷுகர் பேஷண்ட். ஒங்கம்மாவால ஒரு வேலையும் செய்ய முடியாது. கண்ட்ரோல் இல்லாம நினைச்சத சாப்பிடுவாங்க, வியாதிய இழுத்துக்குவாங்க இப்பவே ரெண்டு பேருக்கும் மாசம் மாத்திரை மருந்து செலவே ஆயிரம் ரூபா ஆயிடுது. இங்கே யேன்னா... சின்ன நகரத்தில இருந்து பழகினவங்களுக்கு சென்னை ஒத்துப் போகாது. அங்கேன்னா உங்க அம்மாவோட தம்பி, உங்க



அத்தைன்னு ஏதோ சொந்தபந்தம் இருக்கு பார்த்துக்குவாங்க. ஏன் எங்க அம்மா-அப்பாவும் உள்ளூர்ங்கிறதால போக வர இருக்காங்க. இங்கே நாம ரெண்டு பேரும் வேலைக்குப் போறவங்க. விடிஞ்சு போனா அடைஞ்சு வரோம். பிளாட்டுக்கு வாங்கின கடனை இன்னும் பதினஞ்சு வருஷம் கட்டியாகணும். அதனால நீயும் வேலைக்குப் போயே ஆகணும். வீட்ல இருக்க முடியுமா சொல்லு?''

புருஷன் சம்மதிக்க மாட்டான் என்பது தெரியும் வத்சலாவுக்கு. ஆனாலும் ஒரு நப்பாசையில்தான் கண்ணீர் விட்டுக் கேட்கிறாள். அவனுக்குத் தெரியாமல் பத்துப் பைசா கொடுக்க முடியாது அவள் பெற்றோருக்கு. நிர்வாகத்திலிருந்து பேங்குக்குப் போகும் அவள் சம்பளம் கிருஷ்ணனால்தான் மாதா மாதம் எடுக்கப்படுகிறது. குடும்பத்தின் வரவு செலவை நடத்துகிறவன் கிருஷ்ணன். தன் சம்பாத்தியத்தில் சுதந்திரமில்லை வத்சலாவுக்கு. போராடினால் குடும்ப அமைதி கெடும் என்பதால் மனசுக்குள் வருத்தப்படுவதோடு சரி அவள்.

ஆனால் இப்போதைய நிலைமை, தான் அவர்களுக்கு ஏதாவது செய்தே தீர வேண்டுமென்று மனசுக்குள் உறுத்துகிறது. வளர்த்து, படிக்க வைத்து, வாழ்க்கையமைத்துக் கொடுத்தவர்களுக்கு அவர்களின் முதுமையில் உதவ முடியவில்லையே என அவள் ஆதங்கப்படும்போது டெலிஃபோன் கிணுகிணுக்கிறது. கிருஷ்ணன் போய் எடுக்கிறான்.

அவன் அம்மா தான்.

''எங்கம்மா நாளைக்கு அனந்தபுரி எக்ஸ்பிரஸ்ல புறப்பட்டு வர்றாங்களாம். மறுநாள் காலையில நான் கூப்பிட்டுக்கிட்டு வர ஸ்டேஷனுக்குப் போகணும்'' என்கிறான்.

கிருஷ்ணன் எக்மோரிலிருந்து தன் அம்மாவை அழைத்து வரும்போது வத்சலா ஆபீசுக்குப் புறப்பட்டிருந்தாள். அவசர அவசரமாய் காலைச் சாப்பாட்டைப் பரிமாறியவள், ''அத்தே விஷ்ணுவுக்கு இன்னிக்கு அரை நேரம்தான் ஸ்கூல். மத்தியானம் வந்துடுவான். அவனுக்குப் பருப்பு வச்சிருக்கேன் தனியா காரம் குறைவாய்ப் போட்டு. நெய் போட்டுக் கொடுத்திருங்கத்தே. உங்களுக்குத் தயிர் புளிக்காம கேப்பீங்களே தனியா அரைக் காப்படி ஜாடியில உறையூத்தி வச்சிருக்கேன் எடுத்துக்கங்க'' என்று சொல்லியபடியே ஹாண்ட் பேக்கை தோளிலேற்றி புறப்பட்டுப் போய்விட்டாள். இல்லாவிட்டால் எட்டு நாற்பது எலக்ட்ரிக் டிரெயின் இவளை விட்டுவிட்டுப் போய் விடும்.

''பாவம்டா கிருஷ்ணா வத்சலா. வீட்டையும் பார்த்து வேலைக்கும் போகிறதானா ரொம்பக் கஷ்டம், யாராயிருந்

(தொடர்ச்சி 175-ம் பக்கம்...)

சமீபத்தில் எங்கள் வீட்டில் ஒரு திருமணம் நடந்தது. இந்தத் திருமணத்தில் புதுமையான புரட்சியாக மருத்துவ முகாம் ஏற்பாடு செய்து அதில் உயரம், எடை, இரத்த அழுத்தம், சர்க்கரை பரிசோதனை முதலியவைகளை வந்தவர்கள் அனைவருக்கும் பயன்படுத்திக் கொள்ளும் விதத்தில் ஏற்பாடு செய்திருந்தோம். இதன் நோக்கம் எல்லோரும் உடல் ஆரோக்கியத்துடன் வாழ வேண்டும் என்ற நல்லெண்ணமே அனைவரும் மணமக்களை வாழ்த்தி, மருத்துவ முகாமில் பயன் பெற்று ஆத்ம திருப்தியுடன் சென்றனர்.



- விஜயா பாலசுப்ரமணியம்.

சென்னை, மார்ச் 10, 1966: சிவா விஷ்ணு கோயிலில் வேதாரண்ய மஹா மண்டபத்தைத் திறந்து வைக்கும் தருணத்தில் ஒவ்வொரு குடும்பத் தலைவியிடமிருந்தும் அவர் கேட்டதெல்லாம் அவ்வளவுதான். தங்கள் குடும்பத்துக்கு உணவு சமைக்கும்போது, அதே பரிவு, கவனம் மற்றும் அன்புடன் ஒவ்வொரு நாளும் அவருடைய பக்தகோடிகளுக்கு, அன்று மட்டுமல்ல இன்றுவரை அவர் ஒரு நடமாடும் தெய்வம். கருணையாலும் கனிவுள்ளத்தாலும் அறியப்பட்டு, பக்தியுடனும் பணிவுடனும் பல்லாயிரக்கணக்கானவர்களால் பரமாச்சார்யார் என்று போற்றப்பட்ட அவர் ஏழைகளுக்கும் உதவிக்கரம் நாடியவர்களுக்கும் சேவை புரிவதில் ஒவ்வொரு வாய்ப்பையும் பயன்படுத்திக் கொண்டார்.



“ஒரு பிடி அரிசி போதும்...”

ஒரு பிடி அரிசியைத் தனியாக எடுத்து வைக்க வேண்டும் என்று அவர்களை அவர் கேட்டுக்கொண்டார். இவ்வாறு சேகரித்து வைத்த அரிசியைக் குடும்பத் தலைவியிடமிருந்து வாரத்துக்கு ஒரு முறை அவருடைய தொண்டர்கள் கேட்டு வாங்கி வந்தார்கள். இவ்வாறு சேகரிக்கப்பட்ட அரிசி ஒவ்வொரு பகுதியிலும் உள்ள ஏழைகளுக்கு உணவளிக்கப் பயன்படுத்தப்பட்டது. ஏழைகளுக்கு உணவளிக்கும் திட்டம் என்ற விதத்தில் 'பிடி அரிசித் திட்டம்' பெரிதும் பெயர் பெற்று விளங்கியது. சிந்தனைத் திறமைக்கு எடுத்துக் காட்டான, எளிய, சிறப்பாக நடைமுறைப் படுத்தக்கூடிய அருமையான திட்டம் அது. குடும்பத் தலைவிகளுக்கு இத்தகைய வேண்டுகோளை விடுத்தவர் ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி பீடத்தின் 68வது சங்கராச்சார்யார் ஜகத்குரு ஸ்ரீ சந்திரசேகரேந்திர சரஸ்வதி ஸ்வாமிகள். லட்சக்கணக்கான தமிழ்நாடு சட்டசபையில் நிறைவேற்றப் பட்ட இரங்கல் தீர்மானத்தில் "அவர்கள் தனது வாழ்நாளில் கடைபிடித்து வந்த எளிமையும், ஏழை எளியோர், உயர்ந்தோர், தாழ்ந்தோர் என்ற எந்தவித பாகுபாடு இன்றி அனைத்துத் தரப்பு மக்களையும் ஆதரித்து ஆசீர்வதித்த தன்மையும் எல்லோராலும் போற்றி பாராட்டப்பட்டவையாகும். காஞ்சி மடத்திலிருந்து அருள் பாலித்து வந்த ஆதிசங்கரர் வழிவந்தோரில் குறிப்பிட்டு சிறப்பாகக் கருதப்படும் சங்கராச்சார் யாராக வாழ்ந்து மறைந்தவர் ஆவார்.

சைவ, ஆகமம், சில்பம் தமிழ் ஆராய்ச்சி, ஆழ்வார், நாயன்மார்களின் புகழைப் பரப்புதல், நீதி நெறிகளை வளர்த்தல், தமிழகமெங்கும் பல்வேறு திருக் கோயில்கள் பலவற்றுக்குத் திருப் பணிகள் செய்தல், தெருக்கூத்து, வில்லிபுத்தூரார் பாரதம், கம்ப

ராமாயணம், திருப்பாவை, திருவெம்பாவை போன்ற காவியங்களை மக்களிடையே பரப்புதல், சிறைக்கைதிகளுக்கு நீதிபோதனை, வெள்ளம், புயல் போன்ற சமயங்களில் உதவி புரிதல், பண்டைய தமிழ் அறிஞர்களுக்குப் பாராட்டளித்தல், நாதஸ்வர கலைஞர்கள் போன்ற தமிழகத்திற்கே உரிய கலை விற்பன்னர்களைக் கௌரவித்தல், தேசிய ஒருமைப்பாட்டை வளர்த்தல், அனைத்துப் பிரிவினருக்கும் பரிவு காண்பித்தல் ஆகியன அவரது ஆன்மீகப் பணிகளில் குறிப்பிடத் தக்கவையாகும்.

மேலும் நாடு சுதந்திரம் அடைவதற்கு ஆசி வழங்கியது, தானே கடைசி வரை கதர் அணிந்தது, வரதட்சணையை வெறுத்து ஆடம்பரமில்லாத திருமணங்களைச் செய்வித்தது போன்றவை அவருடைய அருஞ்செயல்களில் குறிப்பிடத் தக்கனவாகும். இமயம் முதல் குமரி வரை விரிந்து கிடக்கும் நம் தாய்நாட்டின் பல பகுதிகளிலும் தொடர்ந்து பாதயாத்திரையாகத் தன் சுற்றுப்பயணத்தை அமைத்துக் கொண்டு மக்களை ஆசீர்வதித்த தன்மை வேறு எந்த ஆன்மீகப் பெருந்தகைக்கும் இல்லாது பரமாச்சாரியார் அவர்களுக்கே மட்டும் உரித்தான தனிச்சிறப்பாகும்," என்று புகழாரம் சூட்டியுள்ளது.

வேதபாடசாலைகள் இன்றளவும் நீடித்து சிறப்பாகச் செயல்படுகின்றன என்றால், அதற்கு பரமாச்சார்யார் ஸ்வாமிகளின் முனைப்பான, திட்டவட்டமான முயற்சிகளே காரணம். அவர் அளித்த ஊக்கமும் அவரால் நிறுவப்பட்ட ஏராளமான கல்வி நிலையங்களும், வேத பாடங்களின் மீதும், பழைமை வாய்ந்த நம்முடைய மதத்தின் மீதும், பாரம்பரியம் மிக்க நம்முடைய கலாசாரத்தின் மீதும் லட்சக்கணக்கானவர்களின் வற்றாத ஆர்வத்துக்கு முக்கியக் காரணமாக விளங்குகின்றன.

பிப்ரவரி 13, 2006 வரலாற்றில் ஒரு மைல்கல்

ஆம், பிப்ரவரி 13, 2006 பெருமை வாய்ந்த ஒரு நாள். துறவு வாழ்க்கை தர்மத்தையும் ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி பீடத்தின் தலைமைப் பொறுப்பையும் பரமாச்சார்யார் அவர்கள் ஏற்று 100வது ஆண்டின் துவக்கத்தைக் குறிக்கும் புனிதமான நாள்.

இந்தியாவின் தெய்வீகத் தொண்டு வரலாற்றில் இந்த முக்கிய விழாவினை எடுத்துக் கொண்டாடும் பொருட்டு ஸ்ரீ காஞ்சி மஹா ஸ்வாமி பீடாரோஹண சதாப்தி மஹோத்ஸவ் ட்ரஸ்ட் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. அமைதிக்காகவும் ஆனந்தத்திற்காகவும் பரமாச்சார்யார் அவர்கள் விட்டுச் சென்ற சீரிய செய்தியை நாடெங்கும் பரப்பும் நோக்கத்துடன் ஆண்டு முழுதும் நடைபெறவுள்ள நிகழ்ச்சிகளின் நீண்ட பட்டியல் இந்த ட்ரஸ்டால் தயாரித்து நிறைவேற்றப்படவுள்ளன.

உங்களுக்கென்று இது ஒரு சிறப்பு அழைப்பிதழ்

உலகில் எந்தப் பகுதியில் நீங்கள் இருந்தாலும் விழாக் கொண்டாட்டங்களின் தனிச் சிறப்பைப் படைக்கும் இந்த ஆண்டில் பங்கேற்க உங்களை அழைக்கிறோம். உங்களுக்கென்றே சிறப்பான செய்தி என்னவென்றால் கொண்டாட்டங்களில் பங்கேற்க நீங்கள் எங்கும் செல்ல வேண்டியதில்லை, செலவு எதுவும் செய்ய வேண்டியதில்லை. நீங்கள் இருக்கும் இடத்திலேயே முழுமையான வாழ்க்கையை வாழ்வதற்கு, பரமாச்சார்யார் நமக்கு வழிகாட்டிய நெறிமுறைகளை நீங்கள் கடைபிடித்தாலே போதும். உங்கள் கடமைகளை நிறைவேற்றுங்கள். பிடி அரிசித் திட்டம், வேதங்களின் பொக்கிஷப் பாதுகாப்பு முயற்சி, 'நாம ஸங்கீர்த்தனா' இயக்கம், கீதை ஒப்பித்தல் போட்டி, இவ்வாறு ஏதாவது ஒன்றில் நீங்களும் பங்கு பெறுங்கள் அல்லது துவங்கப்படவுள்ள சமூக வளர்ச்சித் திட்டங்கள் ஒன்றில் பங்கு பெறுங்கள் அல்லது சமூக சேவையில் ஈடுபடுங்கள். வரதட்சணை வாங்கவோ கொடுக்கவோ மறுத்துவிடுங்கள். திருமண விழாக்களில் ஆடம்பரங்களைத் தவிர்த்து மஹாஸ்வாமிகளின் தஸோபதேசத்தைப் பின்பற்றுங்கள்.

விழாக் கொண்டாட்ட குழு தலைமை வழிகாட்டிகள்

ஜகத்குரு ஸ்ரீ ஜெயேந்திர ஸரஸ்வதி ஸ்வாமிகள்

ஜகத்குரு ஸ்ரீ சங்கர விஜயேந்திர ஸரஸ்வதி ஸ்வாமிகள்

உறுப்பினர்கள்

டாக்டர் எல்.எம். சிங்வி, தலைவர்
(முன்னாள் பாராளுமன்ற உறுப்பினர் மற்றும் இங்கிலாந்தில் தலைமை இந்திய தூதர்)

ஸ்வாமி தயானந்த ஸரஸ்வதி
(ஆர்ஷ வித்யாபீட நிறுவனர்)

டாக்டர் பி.சி. அலெக்ஸாண்டர், M.P.
(தமிழ்நாடு மற்றும் மஹாராஷ்டிர மாநில முன்னாள் ஆளுநர்)

ஸ்ரீ எம்.என். வெங்கடாசலையா
(முன்னாள் இந்திய தலைமை நீதிபதி, தேசிய மக்கள் உரிமை கமிஷனின் ஓய்வு பெற்ற தலைவர்)

டாக்டர் கே. கஸ்தூரி ரெங்கன், M.P.
(முன்னாள் தலைவர், ISRO)

ஸ்ரீ வி. ஷங்கர், பொதுச் செயலாளர்

ஓர் அரிய வாய்ப்பு

நம்முடைய கவலைகளுக்கும் தொல்லைகளுக்கும் ஒரே மருந்து ஞான வழியைப் பின்பற்றுவது. இருந்தாலும் கூட, உங்கள் நேரம், உழைப்பு, சிந்தனை அல்லது பணம் ஆகியவற்றின் மூலம் கணிசமாக மேலும் எதுவும் செய்ய வேண்டும் என்று நீங்கள் விரும்பினால், அல்லது திட்டமிடப்பட்டுள்ள செயல் நடவடிக்கைகள் பற்றி முழு விவரங்களை அறிய விரும்பினால், www.srikanchimahaswami100.org மூலம் எங்களை தொடர்பு கொள்ளுங்கள் அல்லது கீழ்க்கண்ட முகவரியில் எங்களுக்கு எழுதுங்கள்.

ஸ்ரீ காஞ்சி மஹாஸ்வாமி பீடாரோஹண சதாப்தி மகோத்ஸவ் ட்ரஸ்ட்

1 & 4, கைலாஸ் பவன், பிளாட் 258, சயான் சாலை, சயான் (மேற்கு), மும்பை – 400 022.
தொலைபேசி: 2404 4242/2401 0051. ஈமெயில்: contact@srikanchimahaswami100.org

www.srikanchimahaswami100.org

ADVT

ராலும்" என்கிறாள் சீதாலட்சுமி மகளிடம்.

"என்னம்மா பண்றது? மெட்றாஸ் மாதிரி பெருநகர வாழ்க்கைங்கிறது இன்னிக்கு நிலைமையில சாதாரணமில்லே. விஷ்ணு படிப்பு, வீட்டு லோன், விலைவாசி உயர்வு அப்படீன்னு செலவு பண்ணுமுழி பிதுங்குது. வேலைக்குப் போகாட்டா முடியாது. இங்க முக்கால் வாசிப்பேர் புருஷன் பெண்டாட்டி ரெண்டு பேரும் வேலைக்குப் போறவங்க தான். அப்பத்தான் கொஞ்சமாவது சமாளிக்க முடியும்."

மாலை வத்சலா வீடு திரும்பிய போது பாட்டியும் பேரனுமாக தாயம் விளையாடிக் கொண்டிருந்தார்கள்.

"ஹை விஷ்ணு! இன்னிக்கு பாட்டி வீட்ல இருக்கிறதுல உனக்கு செம ஜாலி தான்.

'தனியா, நீ வர்றவரைக்கும் போரடிக்குதும்மா'ன்னு எப்பவும் சலிச்சுக்குவான் அத்தே! இன்னிக்கு எவ்வளவு சந்தோஷமா உங்க கூட தாயம் விளையாடறான் பாருங்க."

"ஆமா. காபியக் குடிச்சுட்டு வா வத்சலா. காலையில நீ புறப்படற அவசரத்தில எதுவுமே பேசல" என்றாள் சீதாலட்சுமி.

பேரனுக்கு விட்டுக் கொடுத்து விளையாடியதில் அவனுடைய ஆறு காய்களும் வெற்றி என்னும் பழக்கட்டத்துக்குப் போய் விட அவன் ஹோம்-வொர்க் செய்யப் போய்விட்டான்.

முகம் கழுவி காப்பியைக் கையில் எடுத்துக்கொண்டு வந்து மாமியார் அருகில் உட்காருகிறாள் வத்சலா.

"எங்க அப்பா அம்மாவைப் பார்த்தீங்களா அத்தே. நல்லாருக்காங்களா?"

"நல்லாருக்காங்க. டாக்டர்தான் தினமும் என்னை அரைமணி நேரமாவது நடக்கணும்னுருக்காரே. தினசரி நடக்கறேன். ஒவ்வொரு நாள் ஒவ்வொரு பாதை. கோவில் ஒரு நாள், லைப்ரரி ஒருநாள்னு நடக்கிறேன். ஒரே பாதையாப் போனா சலிப்பாயிடும்னு. நாலு நாள் முன்னால உங்க வீட்டுப் பக்கமா சிவன் கோயிலுக்குப் போனேன். அப்படியே உங்க வீட்டுக்கும் போனேன். உங்கப்பா அம்மாவைப் பார்த்தேன். இங்க மெட்ராஸுக்கு வரப் போறதைச் சொன்னேன். விஷ்ணுவுக்குப் பிடிக்குமேன்னு கூழ் வத்தல் தந்தாங்க. மேலே ஒரு சம்படத்தில் போட்டு வச்சிருக்கேன்."

"சரி அத்தே."

"ஏம்மா வத்சலா எப்படியோ இருக்கே, உடம்புக்கு ஏதும் முடியலியா?"

"இல்லையே அத்தே. நல்லாத்தான் இருக்கேன். பஸ்ஸுக்குக் காத்திருந்து கூட்டத்தில நசுங்கி... அதுல ஒருவேளை டயர்டா தெரியுதோ என்னவோ முகம்..."

ஆனால் அவள் வாட்டத்துக்குக் காரணம் சீதாலட்சுமிக்குப் புரிந்தது.

அதுபற்றிச் சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும் போது மகனிடம் பேசினாள் சீதாலட்சுமி.

"அம்மா, என்னம்மா நீ! மாசம் வீட்டுச் செலவு எவ்வளவு ஆகிக்கிட்டிருக்கு நான் சமாளிக்க முடியாம திணர்றேன் அடிக்கடி. நீ என்னடான்னா மாசா மாசம் மாமனார் மாமியாருக்கு பணம் அனுப்பச்



+ பாயசத்திற்குப் பாலை சீக்கிரம் வற்ற வைக்க ஓர் எளிய வழி. சிறிதளவு கசகசாவை விழுதாக அரைத்து, பாலுடன் கலந்த பின், அடுப்பில் வைத்து வற்ற வைத்தால், பாலும் சீக்கிரம் கெட்டியாகி விடும். சமையல் கேஸும் மிச்சமாகும்.

- தஸ்மிலா அஸ்கர்.

சொல்றே?"

"குடும்பம்னா செலவும் இருக்கத்தான் செய்யும் கிருஷ்ணா. அதைச் சமாளிக்கத்தான் வேணும். உன் சமாளிப்புக்கு சரிசமமா தோள் குடுக்கறாளே வத்சலா. அவளோட சந்தோஷம் முக்கியமாத் தெரியலையா உனக்கு?"

"ஏன் அவளுக்கென்ன குறைம்மா? நல்லா சந்தோஷமாத்தானே இருக்கா?"

"இல்ல. நிச்சயமாச் சொல்றேன் கிருஷ்ணா. இல்லவே இல்லை. அவ மனசில வருத்தம் மண்டிக் கிடக்கு. அவ அப்பா அம்மா அங்க கஷ்டப்பட்டு இருக்கறது அவ சந்தோஷத்தைப் பறிச்சுட்டுத்தான் இருக்கு. உன் அப்பாவுக்கு நல்ல பென்ஷன் வர்றதினால உன்னைத் தொந்திரவு பண்றதில்ல நாங்க. எங்களை மாதிரிதானே வத்சலாவோட அம்மா-அப்பா அவளையும் படிக்க வச்சிருப்பாங்க. மகளோட சம்பாத்தியத்தில அவங்களுக்கும் கொஞ்சம் கொடுக்கக் கூடாதா?"

"என்னம்மா நீ, இங்க உள்ள செலவு விவரம் புரியாமப் பேசறே?"

"எல்லாம் புரியுது. மாசம் ஆயிரக் கணக்கில பீஸ், அப்புறம் பெருந்தொகை டேர்ம் பீஸ், டொனேஷன்னு வாங்கற பள்ளிக்கூடத்தில பிள்ளை படிச்சாத்தான் கௌரவம்னு நெனைக்கிறே! நம்ம வீட்டு ஸ்டோர் ரூம் அளவு கூட இல்லாத ஹாலும் குட்டிக் குட்டியா எட்டுக்கு ஆறுல பெட்ரூமும் ஒரு மனுஷன் கால் நீட்டிப் படுக்கக் கூட வாகில்லாத வராண்டாவும் உள்ள பிளாட்டுக்கு எட்டு லட்சம் கடன் வாங்கிட்டு பெண்டாட்டியையும் வேலைக்குப் போகச் சொல்லி வதைக்கிறே. இதெல்லாம் அவசியம்னு நினைக்கிற நீ பெண்டாட்டி மனசு சந்தோஷமா இருந்தாத்தான் உன் குடும்பம் சந்தோஷமாயிருக்கும்னு நினைக்க மாட்டேங்கிறியே. அவளோட சந்தோஷம்தான் எல்லாத்தையும் விட முக்கியம் கிருஷ்ணா.

தன்னைப் பெத்தவங்க கஷ்டப்படறது மனசில வேதனையா ஓடிக்கிட்டே இருக்கும்போது எந்தப் பொண்ணால மனசு பூரா குதூகலமாக் குடும்பம் நடத்த முடியும் சொல்லு."

அம்மாவின் பேச்சு கிருஷ்ணனுக்குள் மாற்றத்தை உண்டுபண்ணுகிறது. 'ஆமா, கொஞ்ச நாளாவே வத்சலா சிரிக்கறதில்லே, சந்தோஷமாயில்லே' என்று மனதுக்குள் உரைக்க,

"சரிம்மா, வத்சலா அவள் அப்பா-அம்மாக்கு எவ்வளவு பணம் அனுப்பணும்னு நினைக்கிறாளோ அனுப்பட்டும்மா. இந்த மாதம் முதல் தரம் நீயே வாங்கிட்டுப் போய் நேர்ல கொடுத்துடு" என்றான்.

"ரொம்ப சந்தோஷம் கிருஷ்ணா. தானம் செய்வதென்பது முதலில் நம்மைச் சேர்ந்த சிரமப்படுகிற உறவுக்கு உதவறதிலிருந்துதான் ஆரம்பிக்கிறது. ஔவையார் சொல்றார், 'செல்வர்க்கழகு செழுங்கிளை தாங்குதல்'னுட்டு."

ஊருக்குப் புறப்பட்ட மாமியாரிடம் காலில் விழுந்து ஆசீர்வாதம் வாங்கிய வத்சலாவின் கண்களிலிருந்து பெருகிய கண்ணீர், நன்றியைச் சொல்லியபடி சொட்டாக சீதாலட்சுமியின் கால்களை நனைத்தது. ●



உயரமானவர்களுக்குச் சில புடவைகளின் அகலம் பத்தாது. புடவை கலரிலேயே ஃபால்ஸ் வாங்கி இடுப்பில் சொருகும் பகுதியில் வைத்து தைத்துக் கொண்டால் புடவையின் உயரம் சரியாக இருக்கும்.

- கலைஹா அஹமது.

நெஞ்சுவலியை அலட்சியப்படுத்தாதீர்கள்!

டாக்டர் அர்த்தநாரி

சிலருக்குத் திடீரென்று நெஞ்சு வலி வரும். வேலை செய்யும்போது, பளு தூக்கும்போது, வேகமாக நடக்கும்போது, உணவு உண்ட பின்பு இப்படி அடிக்கடி வலி தோன்றும். அநேகம் பேர் இதை வாயுத் தொல்லை என்று அவர்களாகவே ஏதோ காரணங்களைக் கூறி அலட்சியம் செய்து விடுகின்றனர்.

பொதுவாக மார்பு வலி, மாரடைப்பு ஏற்பட பல காரணங்கள் உள்ளன. குறிப்பாக இருதயம் இயங்குவதற்கு பிராண வாயு தேவை. கரோனரி என்ற ரத்தக் குழாய் இருதயத்திற்கு ரத்தத்தையும், பிராண வாயுவையும் கொடுக்கிறது. இந்த நிலையில் இதயத்துக்குத் தேவையான அளவு பிராண வாயு கிடைககவில்லை எனில் நெஞ்சுவலி ஏற்படும். அதே நேரத்தில் ரத்தக்குழாய் உள்சுவர்களில் கெட்ட கொழுப்பு முழுமையாக அடைத்தாலும் மாரடைப்பு வரும். இப்பிரச்னை தற்காலத்தில் 20 வயது முதல் 70 வயதுள்ளவர்களுக்கு வருகிறது.

மார்பு வலி, மாரடைப்புக்குக் காரணமான கரோனரி இரத்தக் குழாயின் அடைப்பினைக் கண்டறிய பல பரிசோதனைகள் உள்ளன இதில் மிகவும் முக்கியமான பரிசோதனை கரோனரி ஆஞ்சியோகிராம் என்ற உள் ஆராய்வு பரிசோதனை. இந்தப் பரிசோதனைதான் எல்லா மார்பு வலி, மாரடைப்பையும் கண்டறிய உதவுகிறது.



இந்தப் பரிசோதனையில் எந்தக் குழாயில் எவ்வளவு அடைப்பு என்ற விவரங்கள் தெரிந்துவிடும். இரத்தக் குழாயில் ஓர் அடைப்பா? அல்லது மூன்றா, நான்கா என்ற விவரங்கள் தெரிந்த பின்புதான் பைபாஸ் அறுவை சிகிச்சையா? அல்லது பலூன் ஸ்டெண்ட் மூலம் அடைப்பினை நீக்கலாமா என்ற முடிவிற்கு வர முடியும்.

ஒன்றிரண்டு அடைப்பு இருந்து, இளைஞராக இருந்தால் ஆபரேஷனைத் தவிர்த்து பலூன் ஸ்டெண்ட் மூலம் இந்த அடைப்பினை நீக்கி விடலாம்.

இந்தச் சிகிச்சை முறையில் பலூனின் மேல் பால் பாயிண்ட் பென்சில் ஸ்பிரிங் போன்ற ஸ்டெண்டை வைத்து இதை கரோனரி இரத்தக் குழாயின் உள்ளே செலுத்த வேண்டும். பிறகு அடைப்பு உள்ள பகுதியில் இந்த ஸ்டென்டை பொருத்திவிட்டு பலூனை வெளியே எடுத்து விட வேண்டும். இதுதான் பலூன் ஸ்டெண்ட் சிகிச்சை எனப்படுவது. இந்தச் சிகிச்சை தற்போது இந்தியாவில் காஸ்ட்லியாகக் காணப்பட்டாலும் இன்று பரவலாக உபயோகிக்கப்படுகிறது. மேலும் தற்போது இந்தச் சிகிச்சை முறையில் பல அரிய மாற்றங்களும் வந்துள்ளன.

நெஞ்சு வலியை அலட்சியப்படுத்தாமல் ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டறிந்தால் பல நோய்களை மருந்து, மாத்திரைகள் மூலமே கட்டுக்குள் கொண்டு வர முடியும்.

தொகுப்பு : சுநயனா



நான் ரெடி

ஜி.பி. சதுர்புஜன்

'இவனுக்கு என்னத்தைச் சொல்லிப் புரிய வைப்பது?'

குழம்பி நின்றான் பரத்.

சௌம்யாவும் அவனும் கைநிறையச் சம்பாதிக்கிறார்கள். எந்த ஒரு வசதியிலும் குறைவில்லை. நேரம்தான் எதற்கும் இருக்க மாட்டேனென்கிறது. எல்லாம் தெரிந்தும், பக்கத்திலிருக்கும் ஸ்கூலுக்குச் செல்ல, காய்கறிக்கு, டாக்டருக்கு, ஆத்திர அவசரம் என்று எது வந்தாலும், சௌம்யா பரத்தையும் அவனுடைய ஸ்கூட்டரையுமே எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்கிறாள்.

நேரம் விரயம். பரத்துக்கும் அலைச்சலோ அலைச்சல். அவளிடம் ஒரு வண்டி இருந்து அவளே ஓட்டிச் சென்றால், அவளுக்கும் சௌகரியம். சுயமாகவே செயல்படலாமே!

கல்யாணமான புதிதிலேயே சொன்னான் : "உனக்குத்தான் சைக்கிள் ஓட்ட வருமே! மொபெட் ஓட்டக் கத்துக்கோயேன்!" என்று.

அன்றிலிருந்து இன்று வரை, இந்த நான்கு வருடத்தில், திரும்பத் திரும்ப இந்த விஷயத்தை அவளிடம் ஓதாத நாளே இல்லை.

சரி, சரி என்று சொல்கிறாளே ஒழிய, செயலில் ஒன்றும் காணோம். தினம் ஒரு சாக்குப்போக்கு தட்டிக் கழிப்பு. 'இதோ கற்றுக் கொள்கிறேன்!' 'இதோ ஆரம்பிக்கறேன்!' என்று சொன்னதோடு சரி.

ஞாயிற்றுக்கிழமை என்றாலே எப்போதுமே லேட்டாகத்தான் எழுந்திருப்பாள் சௌம்யா. வாரத்தில் அவசரமில்லாத ஒரே நாளாயிற்றே. 'இந்த அதிகாலை நேரத்தில் சொல்லாமல் கொள்ளாமல் எங்கே போய்த் தொலைந்து விட்டார் இந்த பரத்' என்று கண்ணைக் கசக்கிக் கொண்டே பால்கனிக்கு வந்து நின்றாள்.

இங்குமங்கும் கண்களைச் சுழல விட்டாள்.

அதோ! அதோ!

தெருமுனையில் பரத் ஒரு மொபெட்டில். அவன் முன்னால் அதே சீட்டில் ஜீன்ஸ் போட்ட ஒரு இளம்பெண். ஆபீசில் அவன் கூட வேலை செய்பவள். மனஸ்வினி என்று எப்போதோ பெயர் சொன்னதாக ஞாபகம்.

''பார்த்துப் போ! ஹேண்டில் பாரை நேரே பிடி! பிரேக் மேலே கையிருக்கட்டும்...!''

பரத் அவளுக்கு மொபெட் ஓட்டக் கற்றுக் கொடுத்துக் கொண்டிருக்கிறான்.

சௌம்யா நிற்பதைப் பார்த்துவிட்டு, இருவரும், 'ஹாய்!' என்று சந்தோஷம் கொப்பளிக்க கையை ஆட்டிவிட்டு அடுத்த ரவுண்டு சென்றனர்.

சௌம்யாவுக்கு இருப்பே கொள்ளவில்லை. பரபரவென அடுத்த ஞாயிற்றுக்கிழமை காலை ஆறு மணிக்கே வீட்டு வாசலில் அவள் ஆஜர். வண்டி ஓட்ட முழுதும் ரெடி!

'ஒருவழியாக இந்த வண்டியை ஸ்டார்ட் செய்தாகி விட்டது!' என்று பரத் தனக்குத்தானே சிரித்துக் கொண்டான். ●





மணமகள் தேவை

✤ ஸ்மார்த்த கன்னட ஐயர், காசியபம், கார்த்திகை, 31, 6 அடி, எம்.எஸ்.சி., (கம்ப்யூட்டர் சயின்ஸ்) வெளிநாட்டு தொடர்புடைய சாஃப்ட்வேர் கம்பெனியில் சாஃப்ட்வேர் என்ஜினியருக்கு நன்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான ஸ்மார்த்த கன்னட ஐயர் பெண் 26 வயதுக்குள் தேவை. ஃபோன்: 044-22313169. பெட்டி எண்: 11891

✤ Madhwa, Kannada Boy, Bharadwaja Gothram, Uttiradam, 2nd pada, 30, 5.9', B.Sc., (Physics) Diploma in Computer, Owning house and Lands, doing Agriculture. Girl below 25, +2, Graduate employed/unemployed from same community. Contact Phone : 0416-2236487 Box No. 11892

✤ பிராமின், ரோகிணி, 35, சாத்வீக குணமுள்ள மனம், செயல் சற்றுக் குறைந்த, சொத்து, வசதியுள்ள பையனுக்கு, நற்குணம், நடத்தை, சேவை மனப்பான்மையுள்ள வசதியில்லாத எளிய பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 11893

✤ **Smartha Desastha, well settled, Athreya Gothra Boy, seeks PG qualified Marathi speaking girl below 25 years, 5ft, 2" fair and good-looking with knowledge in music. Reply to Box No. 11894**

✤ ஐயர், பிரஹசரணம், கேட்டை, பாரத்வாஜம், 155 cm/34/BA PG in Marketing Management மார்கெட்டிங் எக்ஸிகியூடிவ் (தனியார் நிறுவனம்) 6500/- படித்த குடும்பப்பாங்கான பிரஹசரணம்/வடமாள் பெண் தேவை. (உத்தியோகத்தில் இருந்தாலும் பரவாயில்லை). ஃபோன்:080-3092 7495. பெட்டி எண் : 11895

✤ தாய் ஐயர், தந்தை நாயுடு, ஒரே மகன், 29, கல்லூரி விரிவுரையாளர் (திருச்சியில்) 12,000/- ராகு 7ல். மணமகனின் பெற்றோர் சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்கள். ஜாதி தடையில்லை. ஜாதகம், புகைப்படம் (திருப்பி அனுப்பப்படும்) விவரங்கள் அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 11896 ஃபோன்: 98433-50996

✤ Iyer, Brahacharanam, Uthiram, Kousika, Kanni, 33, 5.5', B.A., D.C.A., Private Firm, Rs. 10,000/- Own Flat, Chennai seeks +2/Degree, employed/unemployed homely bride. Send Horoscope. Subsect no bar. Box No. 11897

✤ Kannada Madhwa, Athreya Groom aged 41, 156 cms, Anusha, Officer Indian Bank, Rs. 22,000 p.m. Own Flat at Chennai seeks alliance. Contact : Cell 9884375098/9884240610 after 6 p.m. Box No. 11898

✤ Vadama, Bharatwajam, Chithirai-4, 35/175 Medium, A.C.A. 5 lakhs p.a. Chennai. White patches in Legs. Seeks employed/unemployed girl. Subsect no bar. Box No. 11899

✤ Alliance for Thenkalai, Kasiba, Karthigai, 30, employed in Private Channel, earning Rs. 7500 p.m. from good-looking, home loving girl. Kalai no bar. Contact : 044-28440124, 0431-2557893. Box No. 11900

✤ Iyengar Boy, 39, ME, clean habits, god fearing very well placed Chennai an innocent legal divorcee of a very short lived married life seeks unmarried Iyengar/Iyer girl below 35, educated from respectable family. Reply Box No. 11901

✤ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், மகம், 43, 180செ.மீ., சென்னையில் சொந்தத் தொழில் செய்யும் மாத வருமானம் 15,000 உள்ள இளம் தோற்றம் கொண்ட வரனுக்கு பட்டதாரிப் பெண் தேவை. வேலை அவசியமில்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11902

✤ Tamil Iyer, Vadama, Fair, Koundiryam, Uttirattathi, 28, 172 cm, I.C.W.A. and A.C.A. working in IBM, Bangalore. Seeks suitable girl. Phone : 080-2332 7848. Box No. 11903

✤ **Wanted bride for Kerala Ashtasahasram-cum-Vadamal Boy 31, Poosam Star, B.Sc., Computer in High Energy Batteries Ltd/Trichy. Subsect no bar. Box No. 11904**

✤ Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Mirugaserisham-4, 28/179cm, very fair, B.S. Engineering (Pilani) Engineer Reputed Company Rs. 15,000/- Own House, graduate seeks bride employed Central/State/Private. Subsect no bar. Contact: 044-22630722. Box No. 11905

✤ Tanjore Iyer, Vadamal, Athreya, Uthiram-3, 29, 5.6', B.Sc., MCA, employed Bahrain seeks alliance from well-educated good-looking employed girl, adjustable nature, good family values. Write to Box No. 11906

✤ Palghat Iyer, Vadama, Koundanya, Moolam, 41/138 cm, Diploma, Reputed Computer Co., 5 digit Income, Physically handicapped, Own Flat seeks suitable girl. Subsect, Minor handicapped no bar. No expectation. Simple early marriage. Phone : 044-22449695. Box No. 11907

✤ Koundinya Gothram, Poosam, 34/5.6', Iyer, Brahacharanam, Qualification BBA, employed in Multi National Company, Salary 10,000/- p.m. boy seeks graduate Bride. Subsect no bar. Ph : 23766509. Box No. 11908

✤ Iyer, Vadamal, Srivatsa, Pooradam, very fair, 27/180. B.Sc., (Comp) (MBA) Technical Support Engineer, Hewlet Packard Bangalore. Seeks fair, good-looking girl. Contact with BHP. 080-57703381. 9448027239. sunraman@yahoo.com. Box No. 11909

✤ Tamil Iyer, Vadamal, Vadoolam, Pooradam, 32 years, 5.3', M.Com., MBA, Accounts Executive, Reputed Company at Dubai. Salary 50,000 p.m., Suddha Jathakam, Seeks suitable girl. Phone : 07104-221104 98909-44030. Box No. 11910

✤ Iyer, Brahacharanam, Bharadwaja, Poorattadhi, 31, 5.5', Software Engineer in Bangalore seeks graduate, fair, good-looking. Iyer girl from decent family, preferably from Kerala Origin. Subsect no bar. Box No. 11911

✤ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Punarpoosam-1, 30, 5.7', B.Com., fair, Branch Manager, Private Company Chennai Rs. 20,000/- Own Flat seeks good-looking, homely, graduate, unemployed/employed bride. Subsect no bar. Contact Phone : 22523737 Box No. 11912

✤ Iyer, Brahacharanam, Gowthama, Pooram, 1974/180cm, B.Sc., PGDCA, TVS Group, 1.5 lakhs p.a. seeks graduate girl. Contact Ph : 2479 5068 Box No. 11913

✤ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், மகம், 30, 5.6', வியாபாரம், மாத வருமானம் ரூ. 10,000/- 10-வது படித்த எவ்வித கெட்டப் பழக்கமுமில்லாத பையனுக்கு நன்கு சமைக்கத் தெரிந்த 25வயதுக்குட்பட்ட மணப்பெண் தேவை. ஃபோன்: 08571-226420, 9440358184. பெட்டி எண் : 11914

✤ ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், புனர்பூசம்-2, 31/5.5' ஐரோப்பிய யூனியன் பிரதேசம் ஒன்றில் குடியிருப்ப வர், நல்ல வசதியுள்ள குடும்பத் தொழி லில் ஈடுபட்டுள்ள பையனுக்கு பொருத்த மான, குடும்பப்பாங்கான ஆங்கிலம், மற்றும் கம்ப்யூட்டர் ஆற்றல்மிக்க பெண் தேவை. பையனும் பெற்றோரும் டிசம்பர்/ஜனவரியில் தமிழகத்தில் இருப்பார்கள். பெட்டி எண் : 11915

✤ Palghat Iyer, Koundinya, Ahilyam, D.O.B. 21.3.1959, SSLC, 5.8', Bachelor very much young looking fair, clean habits, SSLC, personnel Asst. at Nellore seeks any south Indian Brahmin, good family girl. Contact (080) 23607754 Box No. 11916

✤ Ashtasahasram, Kasyaba, Anusham, 36/182, Rs. 10,000/- p.m. B.Sc., DCA, (MBA), Senior Sales Officer, Kun Hyundai, Chennai seeks girl. Preferably employed. Contact Box No. 11917

✤ Iyengar, Iyer parentage, Bharatwajam, Hastham, 12.7.1978, 6.1, M.B.A. Asst. District Sales Manager, International Co. Chennai, Rs. 50,000/- Seeks suitable Brahmin bride. Box No. 11918

✤ பிராமின் குருக்கள், காஸ்யப பரணி, பி.ஈ., 31/163 செ.மீ., சாஃப்ட்வேர் பன்னாட்டு நிறுவனம் பெங்களூர், மாதம் ரூ. 50,000/- 29 வயதிற்குள் செவ்வாய் தோஷமில்லாத BE/MCA/MBA/CA/M.Phil., படித்த வேலையிலுள்ள/வேலையில் விருப்ப முள்ள பெண் தேவை. ஃபோன்: 0431-2591316 பெட்டி எண் : 11919

✤ Iyer, Brahacharanam, Haritha Kettal, September 1969/5.5', Clean habits, B.A., D.C.P. Central Government employed Rs. 9500 per month seeks fair looking graduate girl. well trained in domestic duties. Subsect acceptable. Box No. 11920

✤ ஐயர், வடமாள், ரோகிணி, ஆத்ரேய கோத்திரம், வயது 29, 5.5', பட்டதாரி, துபாயில் பணி, ரூ. 20,000+ படித்த பெண் தேவை. 044-22483251, 55176101, 98413 22780. பெட்டி எண் : 11921

✤ தமிழ் ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், புனர்பூசம்-3, 20.12.1975/5.6', M.B.B.S. DNB (குழந்தை நல சிறப்பு மருத்துவர்) சென்னை போரூர் ராமச்சந்திரா மருத்துவமனையில் அஸிஸ்டெண்ட் ப்ரொபஸர் மற்றும் மருத்து வத் தொழிலும் தனியாகச் செய்பவருக்கு MBA or MBBS or any degree படித்த பெண் 4-6 வயது வித்தியாசத்தில் தேவை. ஃபோன்: 044-2476 2264. பெட்டி எண் : 11922

✤ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Poosam-4th padam, 35/175 cm, B.Com., employed in Ltd. Company, Income 12,000/- Subsect no bar. (Lagnam - Meenam, 7th place Chevvai). Con-

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்கள் என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே!

- பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

tact person Chandra Vasudevan, Phone no. Mayavaram (04364) - 243044. Cell : 94440 66461. Box No. 11923

✤ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Pooram-3, 29, 180 cms, BE(Mech), 15,000, Mumbai seeks suitable Graduate employed, employable girl. Subsect no bar. 044-24419650. Box No. 11924

✤ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், மகம்-1, 42 வயது ரூ. 25,000 மாத வருமானம் சொந்தத் தொழில், சட்டப்படி விவாகரத்தான வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான, எளிய குடும்பத்தைச் சேர்ந்த Orthodox கொள்கைகளில் நம்பிக்கையுள்ள கல்யாணம் ஆகாத பெண்ணாக இருந்தாலும், சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்களானாலும் குடும்பத்தில் அனுசரித்து செல்லும்படியான பெண் தேவை. ஃபோன்.044-22430217 பெட்டி எண் : 11925

✤ Iyer, Vathimal, Bharatwajam, Uthiradam, B.E. 29/160/20,000/- Running Private Firm, Father Retired Higher Secondary Head Master & Layout Promoter. Wanted Suitable girl. Subsect welcome. Contact Phone : 0416-2252840 Box No. 11926

✤ Iyer, Vadamal, Gauthama, 36, 5.4', AMIE, (Electrical) J.T.O. BSNL, Rs. 15,000/- p.m. slim, medium complexion seeks graduate employed/unemployed girl. Horoscope matching optional. Subsect no bar. Contact : 04652-221438 Box No. 11927

✤ Iyer, Brahacharanam, Haritha Hastham IV, B.E. (C.S.) 31, 5.7', Assistant Manager (Software) MNC Hyderabad 7.5 lacs left leg slightly limping due to accident seeks educated. Suitable alliance. Box No. 11928

✤ ஐயர், வடமாள், நைத்ருப காசிப, ஆயில்யம், 30, 175 செ.மீ., எம்.பி.ஏ. ரூ. 50,000/- தனியார் நிறுவனத்தில் இருக்கும் வரனுக்கு அதே இன பட்டதாரி மணமகள் வேண்டும். உட்பிரிவு சம்மதம். வரதட்சணை தேவையில்லை. பெட்டி எண் : 11929

✤ தென்கலை ஐயங்கார், பாரத்வாஜம், பரணி 4ம் பாதம், பி.ஏ., 28/8000 மாத வருமானம், +2 படித்த வேலைக்குச் செல்லும் தகுந்த மணமகள் தேவை. வடகலை மற்றும் மைசூர் ஐயங்காரும் சம்மதம். பெட்டி எண் : 11930

✤ Madhwa Desistha, Marathi, Viswamithra, Visakam, 29/181 B.E., Software Consultant MNC Bangalore seeks educated preferably employed girl from Madhwa/Smartha Desistha. Contact : 044-42184164 Box No. 11931

✤ Iyer, Vadama, North Arcot, Bharadwaj, Hastham, B.Com., bachelor 40/5.7', Private Firm Salary & other Income Rs. 7000/- p.m., Owning Flat at Mylapore. Seeks suitable employed/unemployed girl. Ph : 4264 5886/Mobile : 98400 85886 Box No. 11932

✤ Parents, Kerala Brahmin, Vathula, Seek alliance from respectable Religious Family (Preferably Kerala Brahmin) for their Son, 1978, Avittam, 5.6', working in MNC, 15000+, Graduate send horoscope to Box No. 11933

✤ Iyer, Vadamal, Kousikam, Moolam, 28, Dip. in Machine Tool Maintenance & Repairs Service Engineer, Rs. 10,000/- Boy seeks suitable girl. Phone : 5548 3947. Box No. 11934

✤ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், ஹரிதம், ஹஸ்தம், பி.காம்., 41/171, 40,000 மாத வருமானம், சுயதொழில் இன்சூரன்ஸ் ஏஜென்ஸி, இதுவரை திருமணமாகாத மணமகனுக்கு, நல்ல குணமுள்ள குடும்பப்பாங்கான ஐயர் மணமகள் தேவை. வரதட்சணை வேண்டாம். உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 11935

✤ Ashta Sahasram, Uthradam, 28, 6', Sownaka, B. Arch., Architect, fair, Rs. 1 Lakh p.m. Flat Promoter, Seeks good looking, home loving girl from good family. Subsect no bar. Contact : 26181705, 9884308780. Box No. 11936

✤ **Iyer, Tanjore, Vadamal, Bharatwajam, Poorattathi, D.O.B. 7.6.1969, 165 cm, 50,000 p.m. Manager HDFC Bank, fair, good-looking seeks fair girl age upto 30. Contact : 044-2499 0158. Box No. 11937**

✤ Iyer, Clean habits, Vadamal, Vadhulam, Anusham, 1977/175/13,000 B.Com., E. Commerce, Accountant, Army Public School, Noida (Delhi) Seeks graduate girl. no terms. Subsect acceptable. Tel : 044-22383141 email : ganesan_gv@yahoo.com Box No. 11938

✤ திருநெல்வேலி, ஐயர், பிருஹத்சரணம், பாரத்வாஜம், உத்திரம் 4, 45/160, எம்.ஏ. சுயதொழில் மும்பை 30,000/- நல்ல குடும்

பத்தைச் சார்ந்த, ஆரோக்கியமான நற் குணங்கள் உள்ள வரனுக்கு மணமகள் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் ஏதும் இல்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். email: sankarem@rediffmail.com பெட்டி எண் : 11939

✤ Iyer, Vadama, Sreevatsa Gothram, 35, Pooradam, U.S. Green Card Holder, Earning good salary, Legally Divorced, No Issues, Subsects/Divorcee no bar. Phone : 0422-2446422. Box No. 11940

✤ Marriage proposals are invited from Parents of good looking girl for Boy Tamil Ayyar with clean habits. Boy is 33 years old, B.Com., AICWA - Merit Holder And Inter C.A. and has been retained as Credit Consultant by one of the foremost Banks. Box No. 11941

✤ Vadama Iyer, Bachelor, 44 years, Rs. 15,000 p.m. seeks suitable Brahmin bride. Simple marriage also acceptable, Reply with horoscope and family details. Box No. 11942

✤ Vadakalai Iyengar, Moolam B.Sc., 36, 165, 14,000 Private Chennai Own Flat, Legally Divorced seeks non-Kousikam, unmarried girl, Kalai no bar. Contact Ph : 2265 2190 Box No. 11943

✤ வடகலை ஐயங்கார், கௌசிகம், விசாகம் (துலா ராசி) 30, 174, B.A., (Corporate) M.Com., தனியார், சென்னை தகுந்த படித்த மணமகள் தேவை. தென்கலை சம்மதம். ஃபோன். 2265 2190. பெட்டி எண் : 11944

✤ Non-Haritha, educated domestic girl for Tamil Iyer, fair, handsome, 25/172 cm, Kettai, Marketing Manager in Chennai Software Firm. No demands, Simple marriage. Send BHP to Box No. 11945

✤ Iyer, Vadama, Kaundinya, 1970, Krithigai, 182 cms, B.E. MS (Electrical Engg), MS (Computer Sciences) employed in MNC at Chennai, Young Legal Divorcee with no children seeks good-looking bride from respectable family. Subsects no bar. Send Horoscope with details. Phone : 044-2362 3876 Box No. 11946

✤ Iyer, Kousika, Poorattathi, Kumbha Rasi, 31/175, B.E. (Bombay), MS (Canada), Software Engineer, Canada, Clean habits, Religious, Vegetarian, seeks good-looking girl, professionally qualified, post-graduate, graduate, Soft spoken, good natured, cultured, Traditional with good family background. Send horoscope, Bio-data, Mentioning Birth date time and place with family details. Box No. 11947

✤ Iyer, Brahacharanam, Kousikam, Uthradam, 33, Height 159 cm, B.Sc., LIC, Assistant, Rs. 13,000/-p.m., Seeks well educated preferably employed girl from decent family. Box No. 11948

✤ Nellai Saiva Pillai, Revathy, 28/165, Wheatish, Veg, BE, S/W Engr. USA, HIB Visa, only son, seeks very fair, BE (CSC or EC), MCA, MS (IT) M.Sc., (Comp) etc. girl. Ph : 0462-3099302. Send BHP. Box No. 11949

✤ குருக்கள், பாரத்வாஜம், உத்திரட்டாதி, 6.0', பி.டெக்., படித்த பெங்களூரில் எம்.என்.சி.யில் வேலை பார்க்கும் 29 வயது பையனுக்கு படித்த பட்டதாரி மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 11950

✤ Iyer, Vadama, Athreya, Uthirattadhi, 1st padam, 31/5.8', B.Sc., (Comp. Sc.) Medium Complexion, Small Scale Industrialist at Guindy Ind. Estate seeks unemployed graduate girl with Computer Knowledge. Subsect acceptable. Tel:5211 4897 Box No. 11951

✤ Iyer, Vadamal, Naithruba Kashyaba, Karthigai-4, 1971, B.Sc., 168cm, MNC, Bangalore, Rs. 20,000/- seeks fair, graduate, Vadamal girl with good family background. Contact parents. Phone : 044-2741 542, Box No. 11952

✤ Iyer, Vadamal, Kasyaba, Thiruvonam, Electrical Diploma 06.10.1973/6', Own Business seeks suitable bride from a respectable family. Smt. Mahalakshmi Prasad, T-6, Rao Chandrika Apts., 230, G.S.T. Road, Chromepet. Chennai - 600 044. Tel : 044-2238 7801.

✤ பூராடம், கவுண்டன்யம், பிராமின், 37 வயது, ரூ. 9500, டிப்ளமோ இன் எலக்ட்ரிகல், +2/பட்டப் படிப்பு படித்த பெண் தேவை. 24841763, 55162625 Sri. Vasantha Venugopalan, A1 Gyan Vignesh Apartments, 6/26 Pillaiar Koil Street, Vadapalani, Chennai - 600 026.

✤ ஐயர், பிரஹசரணம், ஸ்ரீவத்சம், அனுஷம், 33/166cm, M.Tech., (IIT Kanpur) Parrot Systems Ltd., பெங்களூரில் பணிபுரியும் சுத்த ஜாதக வரனுக்கு படித்த, வேலை பார்க்காத பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தொலைபேசி : கௌரி சங்கர், (0) 9444305981, 08579-251922, M.R. Ramalingam, 25/286, Ayyakanna Street, Palamaner, Chittoor - 517 408 (AP).

✤ Iyer, Vadamal, Kowsikam, Pooratadhi-1, Suddha Jhadhagam, 34/167 M.Com., ICWA (Final) Accountant Cum Manager, Private Co., Ghana, Africa, seeks graduate bride from decent family. Contact : R. Arunkumar, New No. 15, Second Street, Vedachalam Nagar, Kodambakkam, Chennai - 600 024. Ph : 044-24733065.

✤ Brahacharanam, Athreya, Sadhayam, 26/175cm, AMIE, 25,000 working in Reliance is looking for a graduate, fair & good looking girl with clean habit from a respectable family. Subsect no bar. Contact : P. Jayashree Sriram, 4/5 Sriram Nagar 1st Street, Chennai - 41. Ph : 24529035, 9841013512.

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 400/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/- வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ. 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும்.

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/2/2006. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

✤ Iyer, Vadamal, Srivatsava, Thiruvonam, age 36, 6', B.Com., Chef in Kuwait, Rs. 25,000/- seeks good natured bride domestically trained, Subsect no bar. Rajeshwari, Flat No. 305, 12-11-171/1/10, M.N.R. Apts., Upperbasti, Namalgundu, Secunderabad - 061. Ph : 09393000308/30981669.

✤ Alliance for Iyer, Vadama, Bharathwajam, Pooram, 1967/173 cms, 10,000/-p.m., Graduate Central Govt. Reply : Iyer, C-16, Jhulelal Complex, Bhatnagar Road, Pimpri - Chinchwad Link Road, Pimpri, Pune - 411017. Ph : 09226224980.

✤ DOB 21.6.1970, பி.காம்., உத்திராடம், பிரஹசரணம், சங்கிருதி, தனியார் பிரபல நிறுவனத்தில் அஸிஸ்டெண்ட் மானேஜர் வருமானம் ரூ. 10,000/- லக் 7ல் சுக். 2ல் ராகு, உட்பிரிவு சம்மதம். எஸ். சங்கரன், 127/40 5வது தெரு, தில்லை நகர், சேலம் - 1. 0427-2295128.

✤ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், உத்திரம் (2) 17.11.1976, 5.9', B.Sc., DCA, Programmer, 17,000/- p.m., மும்பையில் பணிபுரியும் பையனுக்கு டிகிரி படித்த பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன் (044) 22470390, V. Ramani, 1/642, Second Cross Street, Karthikeyapuram, Madipakkam, Chennai - 600 091.

✤ முத்தரையர், 37, 5.7', சிவப்பு, எம்.எஸ்ஸி., எம்.ஃபில்., ரூ. 7500/- அஸ்வினி தனியாரில் பணிபுரியும் வரனுக்கு, பட்டதாரியான பணிபுரியும் மணமகள் தேவை. அரசுப் பணி விரும்பத்தக்கது. அம்பலகாரர், மூப்பனார், முத்துராஜா, நத்தம் உடையார் உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ச. கறுப்பையா, 5-9-46 நாடார் தெரு, பாலையம்பட்டி, விருதுநகர் - 626 112.

✤ ஐயர், வடமான், பாரத்வாஜம், சதயம், பி.எஸ்ஸி., 34, 5.5', மாநிறம், மாநகராட்சிப் பணி, சட்டப்படி விவாகரத்தானவர், குழந்தையில்லை, சொந்த வீடு, 32 வயதுக்குள்ளானவர், விவாகரத்தானவர், விதவை, குழந்தையில்லாத, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. வரதட்சணை தேவையில்லை. எதிர்பார்ப்பு எதுவுமில்லை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம், ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். துரைசாமி, பிளாட் நெ. 2, சாரதி நகர் விரிவு, கடப்பா ரோடு, புத்தகரம், கொளத்தூர், சென்னை - 600 099.

✤ Iyer, Vadamal, Naithrubakasyabam, Thiruvonam, 26.12.1965, 160 cms, B.Sc., AMIE, AUTOCADD, Sole Proprietor, Manufacturer, Engineering Products Rs. 1,00,000/- p.m. seeks bride. Send Horoscopes. Maragatham, H21 B, Manthope Colony, 8th Avenue, Ashok Nagar, Chennai - 600 083.

✤ Vadakalai, Srivatsam, Uthiradam, 1965/170 M.Com., Junior Assistant University Employed Teetotaller with clean habits seeks well accomplished educated bride. Subsect no bar. R. Kannan, Door No. 1, Second Main Road, Venkataraman Nagar, Hasthinapuram, Chennai - 64. Mobile : 9444149023.

✤ வடகலை, ஸ்ரீவத்ஸம், சித்திரை, 1961/170/25,000 சொந்த வீடு சொத்துகள் உடைய பிசினஸ் செய்கிற நற்பண்புகள் ஒருங்கே அமையப் பெற்ற மணமகளுக்கு ஏற்ற வரன் தேவை. தென்கலையும் சம்மதம். திருமதி. இரா. லெட்சுமி, 39, ராஜாஜி தெரு, தென்பாதி அஞ்சல் - 609 111. சீர்காழி தாலுக்கா. மொபைல் : 9444149023.

✤ ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், அவிட்டம் பாதராயணம் 28, 5.7', பி.ஏ., எம்.பி.ஏ. படித்துக் கொண்டிருக்கும் பில்டர்ஸ் பங்குதாரர் சொந்த வீடு, நல்ல வசதியான வரனுக்கு, அழகான குடும்பப்பாங்கான பணியிலிருக்கும்/இல்லாத மணப்பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். வி. கிருஷ்ணமூர்த்தி, நியூ நெ. 4/5 ஸ்ரீராம் நகர் முதல் தெரு, திருவான்மியூர், சென்னை - 600 041. 044-2452 9035, 98410 13512.

✤ Vadama, Bharadwaj, Pooradam, 32/ 173, B.Com., PGDCA, (M.C.A.) Rs. 50,000 p.m. Software Professional Boy seeks graduate Iyer girl. K.S. Ramasubramanian, 3K, Gowri Chitra Garden, 2/2 Arcot Road, Vadapalani, Chennai - 600 026. Ph :(044) 23623316.

✤ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேயம், கேட்டை, 47, 155, பிகாம்., சதர்ன் ரயில்வே, 12,000 மனைவியை இழந்தவர், பையன் வயது 14, ஐயர், ஐயங்கார் பெண் தேவை. தொடர்பு : எல். கீதா சுந்தர், 8, வைத்தியர் அண்ணா மலை தெரு, மயிலாப்பூர். ஃபோன்: 2461 7322. செல்:9841771806.

✤ Iyer, Vadama, Bharathwajam, Swathi, 29, B.Com., 172 cms, Asst. Manager, Bank, Handsome boy seeks graduate employed girl from decent family. Suryanarayanan, 65/1 Alamelupuram IInd Main Road, Selaiyur, Chennai - 600 073. Phone : 044-22293351.

✤ ஐயர், சுக்லயேஜஸ், (வடமாள்). வயது 33, ஸ்ரீவத்ஸம், அசுவதி, 170 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., (கம்ப்யூட்டர்) PGDM படித்து, நல்ல சம்பளத்தில், சீனியர் சாஃப்டுவேர் இன்ஜினியராக (MNC பெங்களூரில்) பணிபுரியும் வரனுக்கு சுக்லயேஜஸ், வடமாள், பிருஹச் சரணம் பிரிவைச் சேர்ந்த 28 வயதுக்குட்பட்ட நன்கு படித்து கர்நாடக இசையில் விருப்ப முள்ள குடும்பப்பாங்கான (சாஃப்ட்வேர் இன்ஜினியர் அல்லாத) மணமகள் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் விவரங்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : ஆர். சூரியநாராயணன், ஏ 81, குறிச்சி அவுசிங் யூனிட் பேஸ் 2, கோவை - 641 021. ஃபோன்: 2674179.

✤ Wanted bride below 28 years Subsect no bar. Tamil Brahmin for 'Suryanarayan' Kashyapa, Thiruvonam(4) 14.10.1975 B.Com., ICWAI with clean habits. Employed as Asst. Manager ICICI Bank, Ahmedabad. Good Salary. M. Krishnan, No. 1 E 5th Phase, Adarsh Nagar, Sonary, Jamshedpur - 11. Phone : (0657-2223391)

✤ Wanted suitable bride for Boy, Vanniarkulakshatriya - Iyer parentage, Poosam, 34, 179, BBA, ACIM, Good-looking, General Manager, Software, Salem, Apply with Horoscope. Photo : Savithri Kolandai, 45 Ground Floor, Udayappa Colony, Salem - 636 007. Ph : 0427-2413140.

✤ Iyer, Vadama, Bharathwajam, 37, Rohini, 165 cms, B.Sc., MMM, Asst. Manager, Marketing Rs. 17,000/- based at Coimbatore. Seeks graduate girl. R. Venkateswaran, 2/43 New Thandavaraya Gramani St., Chennai - 600 021. Ph : 2596 3822.

✤ Iyer, Vadamal, Kousikam, Visakam, B.Com., 31/160/15,000, Working in Leading MNC, seeks suitable graduate girl. S. Kalyana Raman, 102, EMS Nagar, Ponmeni Jaya Nagar, Madurai - 625 010. Ph : 0452-2382429, 044-5568 4318.

✤ ஐயர், பிரஹசரணம், ரோகிணி, காஸ்யபம், வயது 40, 5.5',+2, அரசுப் பணி, 6000/- சட்டப்படி விவாகரத்தானவருக்கு குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். வி. சுப்புலட்சுமி, 41, தெப்பக்குளத் தெரு, மேலூர், தூத்துக்குடி - 628 002. ஃபோன் :0461-2338755.

✤ வடமாள், பாரத்வாஜம், அனுஷம், 29, B.E., 40,000/-p.m. L&T Infotec., Bangalore மணமகனுக்கு 23 வயதுக்குட்பட்ட Arts and Science Group இளநிலை பட்டம் படித்த மணமகள் தேவை. தொடர்பு : கே. வைத்தியநாதன், 50-ஏ, சர்வமான்ய அக்ரஹாரம், குத்தாலம் - 609 801. தொலைபேசி: 04364-230837.

✤ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ, கேட்டை, 41, 5.6', எம்.பி.ஏ., சொந்தத் தொழில், சொந்த வீடு, மாத வருமானம் 50,000 மேல், டில்லிவாசி மணமகனுக்கு தகுந்த படித்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோட்டோவுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : M. Lakshmanan, No. 1, Janak Road, Kolkatha - 700 029, Phone : 033-2463 9765, 2488 2634, 98309 35169.

✤ குருக்கள், பாரத்வாஜம், உத்திரட்டாதி, 30, ரெயில்வே, பெங்களூர், 9000, 168 செ.மீ., சிவப்பு, குருக்களைச் சேர்ந்த டிகிரி படித்த, பணியில் உள்ள/இல்லாத மணமகள் தேவை. முகவரி : பி.ஆர். வெங்கடேசன், 32, பெருமாள் கோயில் தெரு, பெரண மல்லூர், திருவண்ணாமலை மாவட்டம் - 604 503. ஃபோன்:04183-245251.

✤ ஐயர், பிரஹசரணம், காஸ்யப கோத்திரம், அவிட்டம், 32 வயது, 5.10', பி.எஸ்ஸி., பிஸினஸ், மாத வருமானம் ரூ. 18,000/- சொந்தமாக 2 Flat உள்ளது. மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எஸ். கிருஷ்ண மூர்த்தி, 269, 7வது மெயின் தெரு, லக்ஷ்மி நகர் விரிவு, போரூர், சென்னை - 116. ஃபோன்:2476 8231, 2476 9176.

✤ Slim, Tall, Fair, Iyer Vadama, Kaushika, Hastham 31/182 BE(Chem) Production Engineer 2.5 lacs pa Mumbai based. Clean habits seeks graduate employed. Send Details horoscope. Krishnamurthy, 208 B, Sohbatia Bagh Allahabad - 211006. Ph : 0532-2502759.

✤ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Anusham, very fair, 29/175, DME, Rs. 10,000/- Sr. Design & Development Engineer at Chennai seeks employed girl in Chennai. Send horoscope to Sri. R. Subramaniam, 55/4B, Perialwar Street, East Tambaram, Chennai - 600 059. Phone : 044-55678591.

✤ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேயம், பூரம், 25/150, ICWA, 30,000/- தனியார் நிறுவனம், படித்த வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. தொடர்பு : எல். கீதா சுந்தர், 8, வைத்தியர் அண்ணாமலை தெரு, மயிலாப்பூர். ஃபோன்: 2461 7322. செல் : 9841412474.

✤ வடமாள், நைத்ருப காஸ்யபம், அவிட்டம்-3, 30/180cm, D.E.E.E. ICF, 12,000/- சொந்த flat, clean habits, லக்னத்தில் ராகு, வரனுக்கு வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லக்கூடிய மணமகள் தேவை. கோவிந்தசாமி, 25, இளஞ்சேரன் நகர், வெளிப்பாளையம்,

நாகப்பட்டினம். ஃபோன்: 04365-248651/044-55494593.

✤ ஐயர், பிரஹசரணம், ஆத்ரேயம், திருவாதிரை, 36, 165 செ.மீ., B.Com., PGDCA, தனியார், ஹைதராபாத் பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஆர். சந்தரேசன், 1B/B, N.V.V. Livings, Viswanathapuram, Tennur, Trichy - 17. Ph (0431) 2742286.

✤ Looking for a professionally qualified, employed and good-looking Iyer girl with decent family background for Tamil Iyer Vathulagothram groom. Age 29, height 5.8, B.Tech., MBA, working in Bangalore. Contact with horoscope : G. Jayashankar, No. 393, Flat 102, Thirumala Apartments, Sampige Road, Malleshwaram, Bangalore - 560 003. Ph : 080-41281173.

✤ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், வயது 34, படிப்பு பி.காம்., சித்திரை 4ம் பாதம், மாதம் 8,500/- சம்பளம் இதரவை பெறும் தனியார் லிமிடெட் கம்பெனியில் உள்ள வரனுக்கு மணமகள் தேவை. ஆர்.என். சுந்தரம், ஜி2, மூகாம்பிகை பிளாட்ஸ், 1ஏ, கணேஷ் நகர், 2வது மெயின் தெரு, மடிப்பாக்கம், சென்னை - 600 091. தொலைபேசி : 2247 7251.

✤ Brahacharanam, Bharadwaja, Krithika, 28, Suddha Jathakam, 5.9', Software Engineer IBM Bangalore seeks bride below 25 good-looking well qualified working in MNC. Bank, LIC. G. Ramani, F3 Sree Sathiya Nivas Apartment, 9/5 Thiruvalluvar Street, Subramanya Nagar, Salem - 5. Phone : 0427/2444099.

✤ Iyengar, Vadagalai, Vathoolam, Revathy(1) Dec. 1976, BA (Corp), (C.A.) (M.F.M.) employed in Ashok Leyland, 12,000/-p.m. seeks employed bride, same kalai. Send horoscope to M.S. SarangaRajan, 17/1, 40th St., Nanganallur, Chennai - 61. 044-2232 1350.

✤ Iyer, Srivatsam, Moolam, 36/175 SSLC Diploma Production Supervisor, Pondicherry. Seeks early simple marriage. Contact Parents at 55, Kottaram, Vidyanagar, Cochin - 682 022. Tel : 0484-2540088.

✤ Male, Iyer, 32, very fair, 5.5ht, working in MNC Infotech Dubai as Accounts Manager with good pay. Star - Thiruvonam, Magara Rasi, Sandilyam Kothiram. Looking for fair Tamil Iyer girl. You can view horoscope and photo in M173170 at www.tamilmatrimony.com. Boy presently in India on Vacation, please contact immediately if interested Mr. Arunachalam/ Mrs. Bala, Plot No. 26/32, Sellam Nagar, Dr. Moorthy Road, Kumbakonam - 612 001. Phone : 04352430483/9840611521.

✤ வடகலை ஐயங்கார், ஸ்ரீவத்ஸம், புனர்பூசம், 36, 5.11', தனியார் நிறுவனம், சென்னை, சம்பளம் ரூ. 12,000/- எம்.காம்., சொந்த வீடு, குடும்பப்பாங்கான பிராமணப் பெண் தேவை. ஆர். விஜயவல்லி, 7, குளக்கரை விநாயகர் கோயில் தெரு, சிட்லபாக்கம், சென்னை - 64. ஃபோன்:22238522.

✤ 27, ஐயர், பிரஹசரணம், ஆத்ரேய கோத்திரம், புனர்பூசம், பி.எஸ்ஸி., தனியார் கம்பெனி, சம்பளம் ரூ. 6500/- தகுந்த படித்த தனியார்/அரசு பணியிலுள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : எல்.கே. ஹரிஹரன், 2, சண்முகநாதர் தெரு, சீதாபதி நகர், சிட்லபாக்கம், சென்னை - 600 064.

✤ ஸ்மார்த்த கன்னடம், ஐயர், அறவத்து ஒக்கலு, கௌசிக விஸ்வாமித்ரா, மூலம் முதல் பாதம், வயது 29, உயரம் 5.7 டிவிஎஸ் குரூப் கம்பெனியில் அஸிஸ்டெண்ட் என்ஜினியர் மணமகள் தேவை. கே. வரதராஜன், 31, வெங்கடாஜலம் தெரு, சென்னை - 600 033. தொலைபேசி : 044-2371 3087.

✤ Wanted bride for Kerala Iyer boy, Born 1966, Sreevatsam, Vadama Chithira, Self employed, Own Printing press Unit @ perumbavoor, Kerala. Contact : R. Hariharan, Advocate, Harihara Vilas, Near Sastha Temple, Perumbavoor. Phone : 04842522294.

✤ Iyer, Vadamal, Logitham, Uttarattadhi, M.Com., Computer Literate 33/160cms, handsome, self-employed, Rs. 12,000/- p.m. seeks suitable bride. Subsects no bar. Contact : 0431/2703822, 2742442 Ganesan, 16, Diamond Bazaar, Tiruchirappalli - 620 008.

✤ ஐயர், வடமாள், ஹரிதம், 28/160செ.மீ., பி.காம்., சொந்தத் தொழில் மாதம் ரூ. 20,000/- சம்பாதிக்கும் பையனுக்கு பெண் தேவை. அணுக வேண்டிய முகவரி : எஸ். நாகராஜன், 13, தெற்கு வீதி, பேரளம் - 609 405. ஃபோன் :04366-238354/238167.

✤ ஸ்ரீவத்ஸம், வடமாள், 11.07.1974, உத்திரட்டாதி, 5.8', சாஃப்ட்வேர் கம்பெனியில் வேலை செய்வதுடன் பிசினஸ், குடும்பப் பொறுப்பான பட்டதாரிப் பெண் தேவை. சங்கர நாராயணன், ரிடையர்டு ஜிஎம்/ எம்ஆர்எப் லிமிடெட், சாய்நிவாஸ், 33, நான்காவது தெரு, பத்மநாப நகர், அடையாறு, சென்னை - 600 020. 044-2491 8151.

✤ Wanted bride for Tamil Iyer, Vadamal, Naidruvakasyapa, Aswini, 1967, 170cm, B.Sc., Electronics MBA, employed Pune Contact Flat 21, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411 020. Phone : 020-25818702.

✤ ஐயர், வாத்திமா, தாரகாயன கோத்திரம், பையன் வயது 36, 156 செ.மீ., பரணி நட்சத்திரம், படிப்பு B.Sc., NIT Hon's Diploma (M.C.A. Final Semestar) புரோக்ராமர் அண்ணாமலைப் பல்கலைக்கழகம், சம்பளம் ரூ.11,000/- ஒரே மகன், நல்ல குடும்பத்தில் பிறந்த பட்டதாரி பெண் தேவை. திரு. ஆர். நாராயணன், புதிய எண் 21, லோகநாதன் காலனி, மைலாப்பூர், சென்னை - 600 004. ஃபோன்: 2498 4577.

மணமகன் தேவை

ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், மிருக
சீரிஷம், ரிஷப ராசி, 25.11.1969, எம்.சி.ஏ., சாஃப்ட்வேர் என்ஜீனியர், சென்னை பன்னாட்டு நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு ஐயர், சாஃப்ட்வேர் கம்பெனியில் சென்னை/ பெங்களூர்/யு.எஸ்.ஏ. வேலை பார்க்கும் வயது 38-41 வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 29256

Tamil Iyer, Vadamal, Srivathsa, Bharani th, Oct. 78, 5.6½', fair, slim, Medium Complexion, B.E., Software Engineer, HCL, Rs. 0,000/- seeks equally qualified Graduates/ P.G. Decently well settled grooms. Contact Ph : 22424117. Box No. 29257

Legal Divorcee, No issues, Vadagalai, 2.6.71, Vadhoolam, Uthiram-III, wheatish, 5.2', B.Sc., (Chem) Computer in NIIT Executive Private Firm, well educated & employed clean habits. Any Brahmin boy any where, age below 40. Box No. 29258

Iyer, Koundinyam, Uthiradam-4, 24/5.4', M.Com., Sevvai, Raghu in 8th place, Middle class, fair, soft natured, will continue studies, seeks grooms, any degree, permenent job, should support studies. Bangalore, Madras, Mysore preferred. Box No. 29259

Karkathar Saiva Vellalar, 162 cm, 36, S.S.L.C. Barani, Very fair, Beautiful well settled, domestically well trained (hearing impaired- காது கேளாமை) seeks suitable groom with Job, Business. Widower accepted. Better around Trichy, Tanjore. 0431-2761462, 2761759 Box No. 29260

Uthrattadhi, 26 years, B.B.A. Fluent in English, very fair, home loving girl seeks fair, decently employed boy with good habits, Both father and mother employed in Central Govt. PSU. Company. Preferred Brahmin Boy with intercaste, boy of vegetarian. Ph No. 2414488 Box No. 29261

ஐயங்கார், தென்கலை, உத்திரட்டாதி, ஆத்ரேயம், வயது 28, முதுகலை பட்டதாரி பெண்ணிற்கு நன்கு படித்த தகுந்த வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 29262

தந்தை ஐயர் வடமாள், தாயார் கன்னட தேவாங்கர், அஸ்தம், வயது 25, உயரம் 5.0', (M.Sc.), (Chemistry) + Hindi, பொன் நிறமான குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு (மணமாகி ஒரு வாரத்தில் சட்டப்படி விவாகரத்து பெற்ற வர்) பொருத்தமான ஐயர் (அ) தேவாங்கர் இன மணமகன் வரவேற்கப்படுகிறது. பெட்டி எண் : 29263

Iyer, Vadamal, Kashyaba Gothram, Uthram, 25/165 cm, M.C.A. employed MNC Bangalore girl seeks suitable boy. Immediate marriage. Box No. 29264

Swathi, M.Com., 24/160, Slim, good-looking, employed, father Iyer, Mother AD Veg seeks pure vegetarian PG/BE employed groom upto 29 years. Iyer/Intercaste parentage preferred. Send BH 044-2620 2035. Box No. 29265

Iyer, Vathulam, Chitirai-I, girl 31, 160 cms, M.S. (USA) working in United States, Seeks Iyer Boys B.E., B.Tech., M.S. (USA), in United States. email:jayaramas@gmail.com Box No. 29266

Iyer, Brahacharanam, Koundinyam, Kiruthigai, Mesh Rasi, 25/ 153 cm, B.E. employed girl seeks professionally qualified employed groom below 30 years. Subsect no bar. Contact : 044-22440844. Box No. 29267

Iyer, Koundinyam, Brahacharanam, Revathi, Graduate Dip. in HRM 29 years 160 cm, Healthy Brilliant girl (sometimes depressed) Seeks broadminded groom. Early marriage. Box No. 29268

Alliance for Saiva Pillai/Mudaliar 25/164 cms, Barani, fair, M.Tech., (C.S. Engg) SWE, Bangalore employed from M.Tech., ME, MBA, Ph.D., boys working Bangalore preferably Software Profession, No Barani, Pooram, Pooradam, Poosam, Anusham, Uthiradhathi, Avittam, Pooradhathi, Moolam, Ayilyam. Reply with horoscope Photo to Box No. 29269

Vadama, Srivatsam, Poosam, 27/158 fair, M.C.A. Working MNC Chennai girl seeks professionally qualified boys with age difference of 5 years. Subsect no bar. Box No. 29270

Iyer, Vadama, Gouthama, Revathi, 23/150, B.Com., M.F.M., ICWA Inter Stage-I, employed at Chennai seeks suitable groom. Subsect no bar. Send horoscope Bio-data. Contact Phone : 044-22383714 Box No. 29271

Iyer, Vadama, Srivathsa, Uthratathi, 5.1.79, 155 cm, fair, Post graduate bride seeks well employed boy. Apply to Box No. 29272

Thondaimandala Saiva Mudaliar girl, 29, slim, very good-looking, working as Bank Officer seeks well educated well employed/self employed groom from Saiva Mudaliar Community. Please respond with a photo/horoscope. Box No. 29273

Tanjore Iyer, Vadama, Vadhoolam, Avittam, 23/160, fair, MBA working seeks professionally qualified, clean habit boy contact Tel. 080-23653357, 099453-26269 Box No. 29274

பிப்ரவரி மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசி தேதி : 5.01.2006

✤ Mudaliyar, Ayilyam, 29/163, Software Engineer, only daughter with parents in US, Citizen, invites groom working in US or willing to relocate. Caste no bar. Phone : 94437 66281, Box No. 29275

✤ Saiva Mudaliar, Punarpoosam, 1974, 154 cm, Legally Divorced with one daughter (10), B.Sc., Computer (MCA), Seeks well employed groom. Box No. 29276

✤ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Uthradam-2, fair, Dec. 1979/160, B.B.A., M.Sc., (Psy), (MBA) seeks Vadamal/Brahacharanam, Professionally qualified well employed groom India/abroad below 31. Contact : Ph : 0422/2441978, 3094138. Box No. 29277

✤ Iyer, Fair, 24, 5.4', Vadamal, Bharadwajam, Sadayam, Kumba Rasi, Chevvai in 8th place, B.E., Software Engineer, working in Chennai seeks suitable groom. Contact : 2471 1680. Box No. 29278

✤ **Tanjore Vadama Iyer, Bharadwajam, Kettai, Feb. 1978, 163 cm, V. Fair, Phd., Student Texas U.S.A., completing in 2006 seeks suitable groom working/studying in U.S.A. Contact : 044/24952351. email: bskrish_k@yahoo.com. Box No. 29279**

✤ Mother Iyer, Father Pillai, B.E./22/158/ Ayilyam, Vegetarian, SWE, MNC, Chennai, Slim, v. fair, good-looking, only daughter brought up in Brahminic culture seeks well employed groom from Brahmin/Pillai or similar parentage, send details to K. Shankar, D 88, 8th Cross, Thillai Nagar, Trichy - 620 018. shiv1311@hotmail.com

✤ தென்கலை, காஸ்யபா, கேட்டை 2ம் பாதம், 07.06.1982, 158 செ.மீ., பி.காம்., எம்.பி.ஏ. படித்த அழகான குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு தகுந்த நல்ல வேலையில் உள்ள professionally qualified மணமகன் தென்கலை/வடகலையில் தேவை. தொடர்புக்கு : ஏ. ராமானுஜம், 22, ஞானம் காலனி, 5வது கிராஸ், ராமலிங்க நகர், உறையூர், திருச்சி - 3. 0431-2773819.

✤ ஸ்மார்த்த கன்னட, விஸ்வாமித்ரம், ஆயில்யம் 3ம் பாதம், 8ஆம் இடத்தில் செவ்வாய், 24 வயது, பிஸியோதெரபிஸ்ட் ஆகப் பணிபுரியும், நல்ல குணமுள்ள ஸ்மார்ட்டான பெண்ணுக்கு Professional/Post-Graduate நல்ல வருமானமுள்ள பையன் தேவை. Dr. K.A. Prasada Rao, 55, 28th Street, Thillai Ganga Nagar, Chennai - 600 061. 044-22310831.

✤ **சௌராஷ்டிரா, கன்வரிஷி, கிருத்திகை, ரிஷபம், 38, 5.7, எம்.ஏ., பி.எட்., அரசுப் பணி ரூ. 10,000/- சட்டப்படி விவாகரத்தான குழந்தையில்லாத சிகப்பு நிற பெண்ணிற்கு விவாகரத்தான/தாரமிழந்த படித்த அரசு/தனியார் பணியில் உள்ள சௌராஷ்டிரா மணமகன் தேவை. ஃபோன்.0427-2264613 சி. இராமமூர்த்தி, 45, சேர்மன் சடகோபர் தெரு, சேலம் - 636 001.**

✤ Iyer, Vadamal, Kousikam, Pooram IV, 24/153 B.Sc., (C.S), P.G. Dip. in E-Commerce very fair, seeks suitable alliance professionally qualified boy. Contact : 0452-2382429; 044-5568 4318 S. Kalyana Raman, 102, EMS Nagar, Ponmeni Jaya Nagar, Madurai - 625 010.

✤ Iyer, Vadamal, Sandilyam, Thiruvadhiral, 1979, B.Sc., Postal Assistant, Father PH, Sister married, send BHP. M. Subbiah, 1/277 East Street, Thiruppullani, Ramanathapuram - 623 532.

✤ தமிழ் ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், மூலம் 3ம் பாதம், 28, 165, பி.எஸ்ஸி., எம்.பி.ஏ., தனியார் லெக்சரர், 9000, சிகப்பான பெண்ணிற்கு professionally qualified, well employed, below 35 மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். S. Kannamani, 16A, Ist Cross, Vadivel Nagar, Worriyur, Trichy-3. P.No. 0431-267626.

✤ **Iyer, Vadama, Naithruvakasyapa, Thiruvadiral, 24/160, B.Tech., Software Engineer, L&T Infotech, Mumbai seeks professional boy, below 30. Subsect ok. Send horoscope with details : K.R. Venkataramani, 133, Street No. 4, Ponnaiyarajapuram, Coimbatore - 641001, Ph : 0422-2470558.**

✤ Iyer, Vadamal, Koundinya, Thiruvathiral, February '83, 5.6, B.Sc., B.Ed., (M.Sc.,) seeks professionally qualified employed boy below 28 with clean habits. Subsects no bar. Tel No. 0657-2288832 Srinivasan, N-120/6, Telco Colony, Jamshedpur - 831 004.

✤ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Avittam-2, B.E. 23/ 5.3', fair, good-looking girl seeks well employed clean habits boy age upto 29 years. S. Ramamurthy, No. 10, Sadasiva Nagar, Nandivaram, Guduvancheri - 603 202. Phone : 2746 2127.

